

# Житель Алтая построил домашнюю обсерваторию и снимает звезды

Читайте на стр. 8 ▶



личным фотоархив

**РАДИО  
КОМСОМОЛЬСКАЯ  
ПРАВДА**

## Игры, которые изменили СССР

Спецпроект к 45-летию Олимпиады в Москве

radiokp.ru 23:00 (мск), суббота



# КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Пятница, 18 июля  
№ 52 (27700)/2025 год

Газета нашего города ★ Барнаул

**KP.RU** 3 433 000  
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ  
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

## Кому на Руси рожать хорошо

Выплаты на детей повысят в 3,5 раза. Но не всем.

Читайте на стр. 2 ▶



Кадр из телесериала «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона»

## Прожить 90 лет? Элементарно, Ватсон!

Денис КОРСАКОВ

Лучший Шерлок Холмс Василий Ливанов отмечает юбилей.

### ЗВОНК БРЕЖНЕВА

Василий Ливанов из актерской династии. Его дед был симбирским крестьянином, казаком, который внезапно открыл в себе актерский талант и добрался до Москвы. Где в 1904 году и появился на свет Борис Ливанов, будущая звезда советских театра и кино.

Продолжение на стр. 14 ▶

## С 1 августа каждого пятого пенсионера ждет прибавка

Евгений БЕЛЯКОВ

Индексация положена только тем, кто трудится официально.

Больше индексаций, хороших и разных! Российским пенсионерам в ближайшее время снова проиндексируют выплаты. Правда, не многим. И не всем, а только работающим. Уточним, что всего в России около 41 млн пенсионеров, 8 млн из них работают.

Перерасчет трудовых прав происходит каждый год. Это означает, что в Социальном фонде считают, сколько официально трудящийся пенсионер заработал за прошлый год. Высчитывают, сколько заплатил страховых взносов. И начисляют исходя из этого пенсионные баллы. Чем больше

человек заработал, тем выше будет прибавка.

Правда, с одним ограничением. Если до пенсии за год можно получить до 10 баллов, то максимум, который могут начислить работающему пенсионеру, - это 3 балла.

Тем не менее для большинства пенсионеров этого потолка достаточно. Зарплаты у них, как правило, невысоки. К примеру, чтобы получить три балла за прошлый год, официальная зарплата должна была составлять около 55 тысяч рублей в месяц. В этом случае ежемесячная прибавка к пенсии с 1 августа может составить 437 рублей (один балл сейчас оценивается в 145,7 рубля).

Напомним, с этого года работающим пенсионерам также положена ежегодная индексация на уровень инфляции (она была в январе). До этого в течение 10 лет рост цен компенсировали только неработающим пенсионерам.

Ирина ЛЕНЕВСКАЯ («КП» - Херсон»),  
Юлия ДУБЕНКО («КП» - Оренбург)

## На юге страны из-за аномального зноя соберут небывалый урожай бахчевых.

В середине июля в южные регионы России пришла жара до 40 градусов. Синоптики почти каждый день фиксировали температурные рекорды в Ставрополье, Ростовской области, в Крыму, на Кубани, в новых регионах и признали несколько дней июля самыми жаркими за историю наблюдений.

## Ешь от пуза херсонские арбузы

Переносить жару тяжело, но есть и свой плюс. Благодаря такому солнцу в Херсонской области, в частности, невероятными темпами растут арбузы. Здесь уже заявили: урожай просто космический. В планах - собрать 10 тысяч тонн (в прошлом году было около 6 тысяч). Херсонщина накормит своими знаменитыми арбузами Москву, Санкт-Петербург и другие регионы России.

- Большую партию везем в Луганск, Донецк и Крым. Знаем, что наш арбуз оценили

по достоинству и ждут с нетерпением, - рассказывает гендиректор херсонской фирмы «Рассвет» Павел Ким. И добавляет, что херсонские арбузы славятся не только сладостью, но и размерами: до 20 кило!

Кстати, богатый урожай соберут и в Оренбуржье. В прошлом году из-за сильных и частых дождей они были не очень сладкими, но в этот раз, как говорится, чистый сахар. Они появятся на прилавках буквально через неделю.

# Владимир ПУТИН: Подняли первого ребенка, а на второго, третьего уже не хватает сил

Андрей ЗОБОВ

**Президент посетил  
Магнитогорск,  
поговорил с рабочими  
и честно ответил  
на вопросы  
о демографии  
и росте цен.**

Накануне Дня металлурга, который празднуется 20 июля, глава государства посетил знаменитую «Магнитку» - Магнитогорский металлургический комбинат, побеседовал с заводчанами и осмотрел новшества.

## ДОМНА ГОРЕЛА, КАК ФАКЕЛ

На месте президенту показали гигантскую металлическую махину - новую коксовую батарею. Главе государства продемонстрировали ковш с 32 тоннами кокса, раскаленными до 1000 градусов. Пока уголь олимпийским факелом горел на глазах Путина, гендиректор и председатель совета директоров наперебой объясняли, как работает установка.

Батарея производит 2,5 миллиона тонн коксующегося угля в год. Современное оборудование позволяет сократить выбросы в атмосферу на 11 тысяч тонн в год. И обеспечивает безотходное производство.

Следующим президенту показали и цех по производству горнодобывающего оборудования, который с 2026 года займется импортозамещением. «Более 10 тысяч тонн продукции в год!» - гордо объясняло руководство завода.

## ХИТРЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

В завершение Путин уделил время рабочим:

- Хочу поздравить вас, всех металлургов и вообще всех работников нашего горно-металлургического комплекса с приближающимся праздником - с Днем металлурга! - начал президент. - Если у вас есть какие-то темы для обсуждения или вопросы - пожалуйста.

## О мерах поддержки для семей

- Совсем недавно я женился, у меня молодая прекрасная жена, - начал один из рабочих. - Но мы откладываем

рождение нашего ребенка из-за отсутствия собственного жилья. Мы не подходим, к сожалению, ни под какие льготные программы.

- Почему? - удивился Путин. - Ребенок родится - сразу будет льгота.

- Я хотел предложить, если это вообще возможно, изменить немножко льготную программу «Молодая семья». Выдавать ее авансом, но чтобы они обязательно родили ребенка, - внезапно предложил рабочий.

- Вот хитрюга, детей еще не родили! За что же деньги платить? - рассмеялся президент. - Ребенок появится, тогда и государство плечо подставит. Хотя, конечно, нужно признать, что тех мер поддержки, которые сейчас мы наработали, недостаточно с учетом демографических проблем. Первый ребенок появляется у женщин в среднем в 28 - 29 лет. Подняли одного, а на второго, третьего уже не хватает ни времени, ни сил. Поэтому я так сразу отреагировал. Лучше не ждать ничего, манны небесной какой-то. А потом, знаете что: нет в жизни большего счастья, чем дети!

## Про рост утильсборов и цен на автомобили

- Когда инфляция немножко поддавливает, создает проблемы - всегда возникает идея поддержать автопром, - объяснял Путин. - И сейчас правительство работает над программами поддержки. Мы, конечно, будем настраивать систему таким образом, чтобы и помочь людям в приобретении машин, и помочь про-



О том, как работает новая коксовая батарея, Путину рассказывал начальник коксохимического производства «Магнитки» Андрей Анисимов.

изводителям в увеличении выпуска отечественных авто.



## Как будет развиваться металлургия

- Вы знаете, она становится более и более технологичной. Появляются новые производства, которые требуют уже нового уровня и нового класса специалистов. А это и уровень заработной платы. Поэтому и для молодых людей, я думаю, что будет все интересней и интересней.



## Про взлетную полосу местного аэропорта

- Губернатор говорит, что полосу уже привели в нормативное состояние. Но у меня возникли сомнения, я почувствовал на себе (когда садился. - Ред.), что там до норматива еще далеко. К сожалению, подрядчик планы сорвал, идут судебные разбирательства. Губернатор считает, что сделают в конце 2026 года. А в 2027-м - новый терминал аэропорта.



## О детских увлечениях

- Из моего детства главное увлечение мое - борьба самбо. Потом вся наша группа перешла в дзюдо. Вот два моих самых серьезных увлечения и развлечения - спорт. И вам советую!

## ПОЕХАЛИ!

# Из Москвы на Урал - вдвое быстрее

Во время визита в Магнитогорск по видеосвязи Путин открыл участок трассы М-12. Дюрюли - Ачит протяженностью 275 километров.

- С его введением современные автомагистрали связали Санкт-Петербург и Москву с Екатеринбург - столицей Урала, ведущим научным, промышленным и культурным центром России, - сказал президент на открытии. - На всем протяжении трассы организовано скоростное, бесшовное движение без единого светофора, благодаря чему время в пути из Екатеринбурга в Москву сократится почти в два раза. Кроме того, можно будет существенно быстрее добраться из Челябинска до Казани, Владимира или Москвы.

В планах государства - к концу 2026 года довести М-12 до Тюмени.

## ■ СОЦПОДДЕРЖКА

# Для милых мам

Владимир ПЕРЕКРЕСТ

На встрече с президентом вице-премьер Татьяна Голикова рассказала о новых мерах поддержки рождаемости. А мы разобрались, что именно изменится и для кого.

## СТУДЕНТКИ

Студенткам очных отделений вузов и колледжей увеличат пособия по беременности и родам. Сейчас эти выплаты зависят от стипендий.

- Срок декретного отпуска составляет 140 дней - 70 дней до родов и 70 дней после родов. Стипендии отличаются по регионам, и они невелики: примерно 5 тысяч, а бывает и меньше, - объяснила «КП» доцент Института социологии, психологии и гуманитарных наук (Сеченовский университет) Ольга Лебедев.

То есть сегодня выплата равна стипендии примерно за 4,5 месяца. А после 1 сентября пособие будет зависеть от прожиточного минимума для трудоспособного населения в регионе по месту жительства или фактического проживания. По словам Голиковой, благодаря этому сумма вырастет примерно до 90 тысяч.

**Рассчитаем сумму пособия для Москвы.** Допустим, студентка МГУ собралась стать матерью. Стипендия, по данным за март, составляла 2400 рублей в месяц. По существующим правилам студентка получила бы пособие 11 200 рублей (месячную стипендию делим на 30 дней и умножаем на 140 = 11 200).

Посчитаем, сколько она получит после 1 сентября. Прожиточный минимум берется по месту фактического проживания - в нашем случае это столица (даже если студентка приехала из другого региона). Прожиточный минимум для трудоспособного населения в Москве - 27 032 рубля. И она получит 27 032 : 30 x 140 = 126 149 рублей 33 копейки.

А откуда цифра в 90 тысяч,

которую назвала Голикова? Несложно посчитать, что такой будет средняя по стране сумма пособия по беременности и родам для студентки. Прожиточный минимум для трудоспособного населения в среднем по России - 19 329 рублей. 19 329 : 30 x 140 = 90 202 рубля.

## МНОГОДЕТНЫЕ

Татьяна Голикова также анонсировала изменения в пенсионном обеспечении для многодетных матерей. По действующим пока еще нормам в стаж засчитывается по 1,5 года за ребенка, но есть ограничение: в сумме должно быть не более 6 лет.

- Теперь это ограничение снято. И теперь сколько детей, столько и будет засчитываться в стаж, - сказала Голикова.

То есть нарождает мама восьмерых - ей за это трудовой стаж 12 лет. Значит, пенсия будет выше.

Многодетной считается семья с тремя и более детьми - как родными, так и приемными.

## МАТЕРИ-ГЕРОИНИ

И третье изменение в семейной политике - мать-героиню приравняли по льготам к Герою Труда России.

- И теперь это будет означать, что ежемесячно они (матери-героини. - Ред.) будут получать 72 тысячи рублей или, если захотят, смогут получать натуральные льготы, - сказала Голикова. - А после того, как наступит пенсионный возраст, дополнительная выплата к пенсии будет составлять 32 тысячи рублей.

Звание «Мать-героиня» присваивается гражданкам РФ, родившим и воспитавшим 10 и более детей. Таким женщинам вручается орден и выплачивается единовременное денежное поощрение 1 млн рублей. При этом семья должна быть социально ответственной: учитываются характеристики с места работы родителей и учебы детей, сведения из полиции.

Андрей АБРАМОВ

Написали жалобы и смогли достучаться до чиновников и прокатчиков.

Соцсети пестрят заголовками: «Подмосковная деревня выгнала электросамокаты», «Хоть кто-то смог: маленькое Пирогово победило самокатчиков».

Корреспондент «КП» отправился в то самое несломленное Пирогово, которое дерзко отвергло модный транспорт.

История с самокатами началась в предпоследний день мая, когда арендный сервис завез в Пирогово около сотни моделей.

- Вот тут пацанов чуть машина не сбילה: по двое неслись на самокатах через дорогу, - описывает мне жительница Пирогова Елена события, что произошли в первый день работы проката.

Уже на следующие сутки в местном чате на пять тысяч жителей выносились предложе-

# Жители подмосковного поселка выгнали самокатчиков

ния о создании петиции за запрет. Пыл пироговцев катающиеся распяляли все новыми выходками: бросали самокаты на газонах и посреди дороги, ездили по проезжей части, подрезали пешеходов на тротуарах.

- До драк доходило! - рассказывает военный пенсионер Виктор Алексеевич, поглаживая раскисшего от жары мопса. - Мы внуков сызмальства одних гулять отпускаем, потому что у нас спокойно. Но эти самокатчики...

Местные скооперировались и стали строчить жалобы. Через две недели в Пирогове устроили сход: чиновники из Мытищ (территория считается микрорайоном этого города), депутаты, компания-

арендодатель. Диалог вышел: самокаты сначала заблокировали, а потом вывезли.

- Хорошая идея - доступный транспорт - на деле превратилась в средство развлечения подростков, что спровоцировало массу жалоб от жителей. Уличный хаос на нашей территории недопустим, - рассказал замглавы Мытищ Артур Суворов.

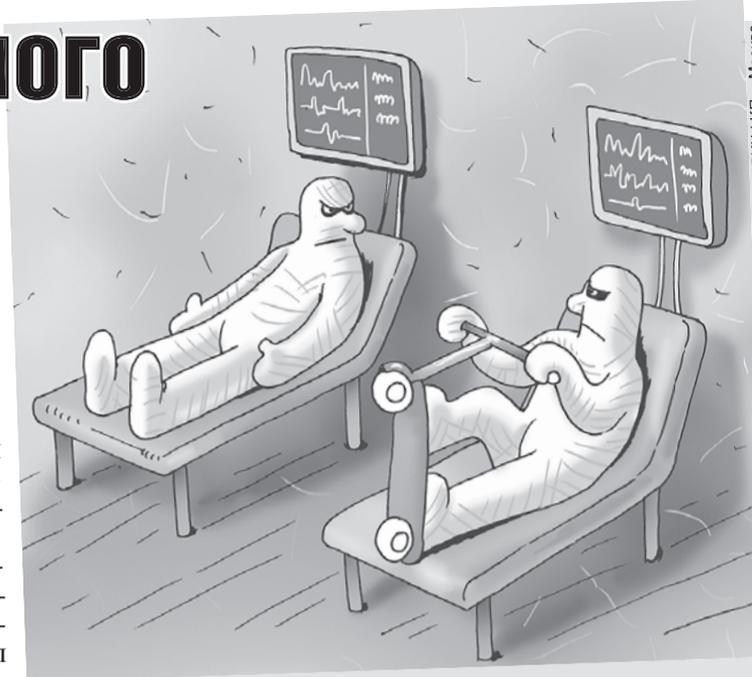
Сами прокатчики отступление из Пирогова считают тактическим, а не стратегическим.

- Мы прорабатываем план работы в локации: количество парковок, нужное количество самокатов, - сообщила специалист по связям с общественностью Whoosh Анастасия Шевченко.

- У нас пять автобу-

сов и маршруток в Мытищи и Москву ходят! Каждые 10 - 15 минут. Зачем нам другой транспорт? - недоумевают местные.

Пироговская история может повториться в Талдоме. Туда зашел другой сервис. И спустя пару дней в городе начался бардак из-за разбросанных устройств. Чиновники уже пригрозили прокатчикам: если будет беспорядок, работать запретят.



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

## ВОПРОС ДНЯ

**В Подмосковье, Татарстане и на Дальнем Востоке ограничили тех, кто гоняет на самокатах.**

## А надо ли запрещать?

**Елена ДРАПЕКО, первый зампред Комитета Госдумы по культуре:**

- Правильно, что дают право регионам решать этот вопрос на местах. Количество нарушений с самокатами растет. Я сталкивалась с этим. Меня это очень раздражает. Они часто создают аварийную ситуацию на дороге. Дело не в том, насколько правильно или нет их присутствие на дорогах общего пользования, дело в том, что они сами часто не соблюдают никаких правил. Но не знаю, нужен ли федеральный закон, надо советоваться с дорожными службами.

**Анзор КАВАЗШВИЛИ, дважды лучший футбольный вратарь СССР:**

- Ненавижу самокатчиков. Главный человек на тротуаре - это пешеход. Он идет пешком и растет, меньше болеет, медленнее стареет, лучше соображает. Он предоставлен своим чувствам, а тут несется это «чудо». Люди на самокатах часто теряют инстинкт самосохранения и угрожают жизни других. Когда я молодым был, самокатов не было, но были мотоциклы. Я сел, грохнулся и понял: не надо садиться туда, где ты угрожаешь себе и другим.

**Юрий ЛЕВИНЗОН, чемпион России по велоспорту:**

- Запрет скорее поддерживаю, чем нет. Если люди на самокатах пользуются пешеходной инфраструктурой, они создают аварийную ситуацию для пешеходов. Ведь пешеходы не ожидают, что их кто-то может обогнать на огромной скорости, они думают, что это безопасная зона. А самокатчики обгоняют их со скоростью, в 4 раза превышающей скорость пешеходов.

**Петр ШКУМАТОВ, автоэксперт:**

- Самокаты давно надо регулировать в ПДД. Самокатчики - водители транспортных средств, но без прав, страховки и номеров. Значит, должен быть номер или куар-код, выданный не коммерческой компанией, а ГАИ. Куда вы должны принести самокат, подтвердить исправность и получить номер. И водительское удостоверение с условной категорией М или С. Чтобы был документ, что есть право управлять этим снарядом. И плюс страховка по типу ОСАГО.

**Александр ГУРОВ, генерал МВД в отставке:**

- Базовый закон должен быть. Там не надо детализировать, просто общие положения прописать: что это такое, где можно получить, как и где можно ездить. А вот дополнения к нему имеют право принимать на местах. Как это сделать, пусть решают в конкретном Благовещенске или Елабуге, исходя из состояния дорог и уровня воспитания молодежи.

## В ЭТО ВРЕМЯ

### Города без лихачей

Юлия РЕУТОВА

Три города и поселок в России объявили себя территорией, свободной от самокатов. Это Благовещенск в Амурской области, Елабуга в Татарстане, Изобильный и поселок Солнечнодольск в Ставропольском крае. Там решили, что достаточно натерпелись от катающихся лихачей.

Под запрет попали также гироскутеры, сегвеи, моноколеса и им подобные устройства с электродвигателями.

- К сожалению, большинство воспринимают эти устройства не как средство передвижения, а как игрушку, игнорируя правила безопасности. Безопасность людей - наш приоритет, поэтому сегодняшний запрет - вынужденная, но необходимая мера, - объяснил глава Благовещенска Олег Имаметьев.

Еще в 2024 году здесь ввели ограничения на использование самокатов - запретили их в центре города. Думали, это образумит народ, но нет. С 14 июля 2025 года введен

полный запрет. Времени прошло немного, но жители уже оценили, что могут ходить по тротуару без опаски. Нарушителей ждет крупный штраф - до 5 тысяч рублей, а для юридических лиц (которые предоставляют услуги проката) - до 100 тысяч.

В Елабуге официально запретили работу кикшеринговых сервисов (сдающих самокаты в аренду). Объяснили это тем, что город не готов к такому виду транспорта - нет велодорожек, нужной разметки, да и асфальтовое покрытие не всегда позволяет ездить гладко - все это провоцирует ДТП и вакханалию на дорогах.

Один из предпринимателей уже попытался продолжить бизнес, расставив самокаты вне официальных пунктов выдачи. Но технику отправили на штрафстоянку.



Андрей АБРАМОВ/«КП» - Москва

Самокатчиков многие пешеходы недолюбливают, в том числе за частые нарушения правил, например езду вдвоем.

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



Давайте дружить на OK.RU/KPRU

**НАУКА**  
В НАСА шокированы снимками, которые зонд «Паркер» сделал «внутри» Солнца

**ЗДОРОВЬЕ**  
Как справиться с депрессией? Настройте внутренние часы!

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



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





**Виктор БАРАНЕЦ,**  
полковник,  
военный  
обозреватель «КП»

**В России 50 лет работает таинственная радиостанция, которая шлет сигналы то ли инопланетянам, то ли ядерному щиту страны. Ее загадку так никто и не раскрыл. И в последнее время она резко активизировалась.**

Радио Судного дня предупреждает:

# Хрюкостяг и блефопуф!

## ПРИВИДЕНИЕ В ЭФИРЕ

Существование этого объекта окутано тайнами так же плотно, как проклятый моряками и летчиками Бермудский треугольник. Это радиостанция УВБ-76, получившая угрюмое прозвище Радио Судного дня.

Уже полвека тысячи людей о ней говорят и пишут, но никто не видел. А если кто и видел, то держит язык за зубами (хотят слухи, что те, кто служил или работал на этом объекте, дают пожизненную (!) расписку с обещанием хранить тайну).

Это радио регулярно выдает в эфир не новости и не жуткие сказки на ночь, а непонятное шипение и слова, над смыслом которых бьются любители инопланетных загадок и самые мощные иностранные разведки. Большую часть времени станция подает фоновый сигнал в виде пчелиного голоса, за что в НАТО ее и прозвали жужжалкой (buzzer).

У этой станции куча фанатов, которые слушают ее по ночам и с многозначительным видом разбирают в соцсетях ее ребусы-абракадабры. А вдруг это послание внеземным цивилизациям? Или шифрограммы агентам в далеких странах?

Вот недавно, 7 июля, жужжалка дважды за день вышла в эфир с кодированным сообщением. Первое появилось в 10.57. Оно состояло из аббревиатуры НЖТИ и трех групп цифр.

Второе выглядело не менее экстравагантно: «НЖТИ 70022 ФИННО-МИРТ 0698 5020».

Минобороны России и другие госорганы работу УВБ-76 не комментируют. «Информация об этом источнике радиосигналов не является общедоступной» - так отвечает Роскомнадзор на запросы.

Любопытное совпадение: 9 июля УВБ-76 передала кодированное сообщение после удара ВСУ по пляжу в Курске, где отдыхали горожане и погибли четыре человека (в том числе 5-летний мальчик). Станция выдала голосовую загадку: «НЖТИ 80567 ЗУБРИЛЬНЫЙ 5812 4860». Имел ли этот сигнал отношение к удару, можно лишь гадать.

## ПУТИН, ТРАМП И ОЗОЗАИР

Но тем не менее любители - спецы по УВБ-76 постоянно находят связь заметных событий с активизацией радиостанции. Например, 19 мая, в день разговора Владимира Путина и Дональда Трампа, УВБ отправила тоже два сообщения. А три дня спустя интригующе прозвучало: «ХРЮКОСТЯГ» и «БЕЗЗЛОБИЕ».



**Секрет УВБ-76 пытаются разгадать тысячи радиолюбителей. И каждый из них уверен: он-то точно прав.**

Потом: «ОЗОЗАИР» и «ВЕРЕНИЦА». А после последнего звонка Трампа в Кремль, уже летом, радио передало: «БЛЕФОПУФ» и «БОЛТАНКА». «Блефопуф» - скрещивание двух самостоятельных слов: «блеф» и «ПУФ». Последний на языке МЧС расшифровывается как повышение устойчивости функционирования. Впрочем, тут как хочешь, так и догадывайся. Мозги наперекосяк.

Еще был случай, когда в день телефонных переговоров российского и американского президентов УВБ-76 разразилась рекордными 25 сообщениями, среди которых были слова:

«СИНОПСИС»,  
«БУЛЬВАР»,  
«ПЛАГИАТ»,  
«МИКРОПОРА»,  
«ОПТОШУМ»,  
«ПРИПЛОД»,  
«КОМИССАР»,  
«ЖАДЮГА»,  
«ПИСКЛИВОСТЬ»,  
«СПИДОКРАТ»,  
«БРАХМАПУТРА»...

Снова как хочешь, так и догадывайся.

А накануне скандальной встречи Трампа и Зеленского в Белом доме УВБ-76 выдала слово «ПРИБЛИЖЕНИЕ».

## ТАЙНА ПСЕВДОНИМА

Но почему же жужжалку называют УВБ-76 и Радио Судного дня?

По некоторым (неофициальным) данным, эта коротковолновая радиостанция, вещающая на частоте 4625 кГц, была введена в строй в 1976 году. Отсюда и цифры при ней. А аббревиатуру УВБ некоторые «знатоки» расшифровывают как «управление военной безопасностью». Может быть.

Существует и мнение, что появление этой станции связано с системой «Периметр», разработанной в СССР во время холодной войны. Такая система есть и в других странах, где ее называют по-своему: в США - «Мертвая рука», в Японии - «Рука из гроба», в России - «Оружие Судного дня».

По одной из версий, это система автоматического управления ответным ядерным ударом. А ее готовность регулярно и проверяется с помощью сигналов УВБ-76. Почему ей и досталось прозвище Радио Судного дня.

Как действует «Периметр»? Если (допустим) у руководства России не успеют сработать ядерные чемоданчики (а их три: у президента, министра обороны и начальника Генштаба), Радио Судного дня мгновенно выдает команду «Периметру». И тогда из глубокой шахты вырвется «командная ракета», которая «раздаст» приказы межконтинентальным «Ярсам», «Тополям», «Авангардам» (а возможно, уже и «Орешникам»), стратегическим бомбардировщикам и атомным подлодкам, которые ударят по заранее намеченным вражеским целям. Такая вот версия.

## О ЧЕМ СКРИПИТ «КОЛЕСО»

Но вот вопрос: УВБ-76 у нас единственная в своем роде?



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

Иностранные космические и радиотехнические разведки, как говорится, чешут репу оттого, что не могут установить точное место дислокации УВБ. Сигналы ее идут якобы то из Ленинградской области, то из Краснодарского края, то из Подмосковья.

Вполне возможно. Например, если по одной из УВБ противник нанесет ракетный удар, тогда на смену ей придет другая.

В разведке США считают, что у нас работают еще несколько станций в схожем формате. Одна из них - коротковолновая станция The Pip. С 1986 года она транслирует короткие сигналы на частотах 5448 кГц днем и 3756 кГц ночью со скоростью 50 звуков в минуту. Вторая станция - The Squeaky Wheel, или «Скрипучее колесо», начала вещание в 2000 году и действительно издает двухтональный скрип. Обе станции, как жужжалка, передают и голосовые сообщения-ребусы.

## РАДИОИГРА В ПОДКИДНОГО

Есть ли какая-то логика в сообщениях УВБ-76? И по количеству слогов, и по значению заковыристых словосочетаний. Что это за шифр?

Некоторые радиотехнические «демиурги» считают, что это невероятно сложная шифровальная система, которую могут раскодировать только спецы. И странные слова несут подлинную информацию, хотя и выглядят абракадаброй, которую можно услышать разве что от клиентов дурдома. Что-то типа «абырвалг» - первое слово, сказанное Шариковым в булгаковском «Собачьем сердце» после оживления в человеческом облике.

Маститые российские радиолюбители вместе с тем не исключают, что операторы Радио Судного дня играют с иностранными разведками в подкидного дурака. Иногда УВБ-76 запускает даже патриотические песни или знаменитые мелодии. В эфире звучали даже хит «Я - русский», «Лебединое озеро», «Танец с саблями».

А что касается «серьезных» голосовых сообщений (нормальных слов), то есть предположение, что тайный смысл их - лишь в проверке качества сигнала, подтверждающего боеспособность ядерного щита страны.

## СТРАННЫЕ ЗАКОНОМЕРНОСТИ

Но почему УВБ-76 так активна в последнее время?

Тут наверняка многое зависит от состояния угроз для России. Как только их «температура» повышается, УВБ-76 переходит в режим нарастающей интенсивности. Например, когда НАТО проводит учения у наших границ.

В последнее время такая активность УВБ-76 может быть связана и с СВО. С 24 февраля 2022 года она заметно усилилась. Звучали слова «ЛЕСОЛЕД», «НЮХОСТИХ», «МУЖЕШЕЛК», «ЧАЙХАНА», «ШИКОНАСТ». И по окончании обоих этапов переговоров между Россией и Украиной

**РАДИО  
КОМСОМЛЬСКАЯ  
ПРАВДА**

radiokp.ru

**Когда у микрофона полковник Баранец, страна может спать спокойно! «Военное ревью» в прямом эфире по будням в 16.00 (мск) и по выходным в 8.00 (мск)**

в Стамбуле УВБ-76 тоже интенсивно транслировала в эфир загадки: «ИБОБАЗА», «АРАПОБЛИЦ».

А недавно, когда разгорелась 12-дневная война между Израилем и Ираном, УВБ-76 передала сообщение - «МАЛОСНЕЖНЫЙ».

Еще одна загадка: в день российского удара «Орешником» по заводу в Днепре жужжалка передала два абсолютно не военных слова: «ЛОТОТРОН» и «КЛАВИАТУРА». Порой это радио молчит несколько дней или месяцев, а иногда передает залпом два десятка сообщений в день.

Например, 25 июня УВБ-76 передала 14 «абракадабр». В частности, «ХРЯКОХРЫЧ», «СПИДОШЛИЦ» и «НАРЦИССОВЫЙ». Радиошутники тут же по-своему расшифровали их: первое - речь шла об украинских вояках-мародерах, второе - о тяжелой «болезни» ВСУ на фронте, третье - о главкоме Сырском, которого в его же войсках зовут «нарциссом».

### А ЧТО ЗА БУГРОМ?

А существуют ли такие за рубежом? В последние годы наши радиоловители обнаружили немало любопытных моментов в эфире. И что же рассказывает «слушачи»? Например, то, что неожиданно вернулись к активной трансляции сразу несколько станций, известных странными передачами на частоте 11.175 кГц USB (upper-side band). Эти же передачи дублируются на частоте 8.992 кГц USB.

Однажды был передан голосом странный алармистский сигнал: «Все станции, все станции. Коллапс, коллапс!» Он шел от объектов с позывными SKYKING, FLATTOP!, FUXEBOX и «Рейкьявик». Причем SKYKING не работал с 2001 года, а последние две - с 1991 года (с распада Советского Союза)!

Радионарод стоит на ушах, пытаясь понять, что бы это значило. Считается (разумеется, неофициально), что частоты 8.992 и 11.175 кГц использует служба США DEFCON (defense readiness condition) для приведения в готовность «оборонных подразделений». Вот вам и аналоги.

### АЛЛО, ИНОПЛАНЕТЯНЕ?

Военная версия - самая интригующая и перченая. Но она слишком на поверхности. Некоторые же «радиовсезнайки» сходятся, что жужжалки и «скрипачи» работают на астрономические обсерватории, которые анализируют изменения в ионосфере.

А вот вам самая забавная: УВБ-76 существует... для установления контактов с внеземными цивилизациями. И вроде бы невнятные ответы из соседних галактик уже получены. Якобы наши ученые даже разрабатывают общий словарь для разговоров с межпланетными иноземцами.

Кто знает, может, наступит день и где-нибудь на полигонном бурьяне приземлится фантазмагорическая тарелка, из нее выйдут причудливые существа с антеннами на голове и на чистом русском скажут:

- Привет, хрюкомедвед!

Ну а если серьезно, то пока ни одна из теорий, нагроможденных вокруг УВБ-76, не подтверждалась. Правду от глупости, реальность от фантазий отделить невозможно.

Неопровержимым остается лишь один факт - Радио Судного дня есть и оно работает.

Жужжалка жужжит, колесо скрипит.

## ■ ГРОМКОЕ ДЕЛО

# «Мне было очень страшно!»

**Вера ЗЕНИНА**  
(«КП» - Югра),  
**Михаил ГОРЮНОВ**

**Двух участниц пилотажной группы осудили за экстремальный полет, на который пожаловалась девушка-клиент.**

В Сургуте (Тюменская область) огласили приговор участницам женской пилотажной группы «Барсы», которую знают далеко за пределами их родного города. Летчицу Снежану Игнатенко и ее коллегу Анастасию Барсову признали виновными в организации опасного для жизни полета. Потерпевшей по делу уже нет в живых, у нее оказались серьезные проблемы с сердцем.

### «Я УЛЫБАЛАСЬ, НО МНЕ БЫЛО СТРАШНО»

19 мая 2023 года 23-летняя Ольга Шипицина вместе с другом своего мужа Анатолием пришла на аэродром Боровая - в 2010-х из пустыря здесь сделали центр малой авиации. Знаменитые «Барсы» прославляют Сургут на всевозможных соревнованиях. А еще проводят воздушные экскурсии. Экстремальные.

Прокатила девушку Снежана Игнатенко - спортсменка с безупречной репутацией. Правда, вместо положительных эмоций случился скандал - Ольга в тот же день написала заявление в транспортную прокуратуру, заявив, что испугалась до смерти во время виртуозных воздушных пируэтов. Тот самый Анатолий и вовсе заявил: «Мне показалось, что у нее случился микроинсульт». Хотя есть видео - в кабине Шипицина казалась счастливой, смеялась и кричала от восторга, после приземления она тоже всех поблагодарила, сказав, что все прошло хорошо. Однако...

- Во время полета начались резкие переворачивания. В какой-то момент двигатель заглохли. Резкие подъемы вверх и вниз. Да, на видео я улыбаюсь, но на самом деле мне было очень страшно. Это истеричный смех был, - объяснила Ольга позже на слушаниях.

В начале сентября 2024 года ситуация получила неожиданное развитие. На очередном заседании судья сообщил, что Ольга Шипицина умерла во сне. Смерть стала следствием длительной болезни сердца, с полетом она не связана, хотя именно из-за недуга Ольга в свое время и начала судиться с «Барсами», девушка жаловалась на колющие боли.



**Ольга Шипицина рассказывала, что не получила никаких позитивных эмоций, а полет ее ужасно напугал.**

Дело не закрыли - интересы потерпевшей стал представлять ее супруг.

Летчица Снежана Игнатенко и продававшая билеты Анастасия Барсова (жена Ивана Барсова - командира пилотажной группы) оказались на скамье подсудимых. С серьезными обвинениями - на них завели уголовное дело за оказание услуг, не отвечающих требованиям безопасности жизни и здоровья потребителей, которое они совершили «группой лиц по предварительному сговору». Барсова соответственно продала билет, а Игнатенко показала Сургут из кабины самолета, который для

вухек, он должен был быть оправдательным, - считает адвокат «Барсов» Константин Бикташев.

Больше всего приговор ударил по Снежане Игнатенко. Запреты на полет оказались для нее самым страшным кошмаром.

- У меня до сих пор нет слов, чтобы прокомментировать это.

К сожалению, судебный приговор продемонстрировал полное игнорирование наших доказательств. Никто даже не попытался разобраться в вопросе с авиационной точки зрения: нам просто предоставили перечень нарушений без какого-либо обоснования.

Снежана уверяет, что нападки на аэродром происходят далеко не впервые. Связывает она это с недоброжелателями депутата и владельца площадки Евгения Барсова.

Командир пилотажной группы Иван Барсов не стал скрывать потрясение:

- Если дальше в Сургуте бу-

пилотажа, которые они выполнят, у меня так идеально не получаются.

Пилотажная группа уже заявила, что не намерена сдаваться и 14 - 15 июля подаст апелляционную жалобу в Ханты-Мансийский суд. Как сказал адвокат Бикташев, при необходимости они готовы обратиться в кассационную инстанцию и судебную коллегия по уголовным делам Верховного суда РФ.

### ПРОФЕССИОНАЛАМ - ОДНО, ПАССАЖИРАМ - ДРУГОЕ

И все же эмоции эмоциями, а у следователей свои доводы, и веские.

В ходе расследования оказалось, что у Як-52 два летных сертификата, и один из них - от 2021 года - действительно не разрешал делать такие «трюки». Второй, полученный позже, говорил об обратном - но наличие двух противоречащих друг другу документов оставило у правоохранителей и суда в дальнейшем вопросы.

Клиент - Ольга - во время процесса признавалась, что в детстве перенесла две операции на сердце и посещает кардиолога. Почему решила на экстремальный полет? Говорила, что не ожидала ничего подобного, а билет ей подарил муж (почему он сам не поехал ее сопровождать, вопрос открытый). Пилотам на какие-то проблемы не жаловалась. Но подтвердила - после экскурсии ей стало плохо, поэтому она написала заявление.

### Уральская транспортная прокуратура прокомментировала кратко:

«Судом установлено, что осужденные на легкомоторном самолете оказывали не отвечающие требованиям безопасности услуги развлекательного коммерческого полета с выполнением фигур высшего пилотажа с многочисленными нарушениями правил полетов, что создавало реальную опасность для жизни и здоровья людей».

Неофициально случившееся обсуждают и другие коллеги - авиаторы. «Мастерство летчика, его готовность к перегрузкам - это одно, а экстремальные полеты с неподготовленными людьми на борту - совершенно другое. Ведь никто не устраивает «трюков» для пассажиров на обычных рейсах...»

Сайт «Барсов» работает, цена полета - от 8000 рублей.

Среди предложений - «свидание в небе», «ознакомительный полет», есть и «полет для любителей самых экстремальных эмоций»... Правда, указанный мобильный телефон для записи сейчас недоступен, - возможно, это связано с прошедшим судебным процессом.



**Анастасия Барсова (слева) и Снежана Игнатенко не согласились с приговором.**

таких «фигур высшего пилотажа» не предназначен.

### ПОДДЕРЖКА ГЕРОЯ РОССИИ

На итоговое заседание пришли почти все члены пилотажной группы, парашютисты, друзья и родственники обвиняемых. По решению суда Снежана Игнатенко получила два года условно, штраф в 100 тысяч рублей и запрет на управление воздушными судами сроком два с половиной года. Анастасию Барсову суд приговорил к двум годам условно, штрафа в 80 тысяч рублей и лишил права заниматься организационной деятельностью.

- Никто из нас не ожидал услышать такой приговор. Учитывая количество представленных доказательств невиновности де-

дуют преследовать летчиков, мы уйдем из города. Сегодня мы стоим на пороге, когда защищаем не только пилотов и наш город - мы стоим в защите авиации всей России. Это показательный процесс, который показывает, что могут сделать с патриотами страны. Нас задушили обвинениями в том, чего мы не совершали.

Поддержал девушек и Герой России Дамир Юсупов, в августе 2019 года посадивший аварийный авиалайнер с пассажирами на борту в поле. За несколько дней до приговора составивший в небе компанию Снежане Игнатенко на одном из авиашоу.

- У них столько опыта, практики, стараний. Я в восторге, - признавался он после приземления. - Фигуры высшего

Виктор БАРАНЕЦ,  
полковник, военный  
обозреватель «КП»

Спасут ли Киев 17 «Патриотов», обещанных Трампом, и дадут ли Зеленскому ракеты, долетающие до Москвы. Разбираемся.

## 1 США ГРОЗЯТ ПРИСЛАТЬ 17 СИСТЕМ PATRIOT. ЭТО МНОГО ИЛИ МАЛО?

Если считать, что «комплекс» - это батарея ПВО, то 17 комплексов - это просто безумное количество оружия. У Украины сейчас примерно 7 - 10 батарей. Для сравнения: у члена НАТО (!) Германии - всего 6.

Поверить в такую щедрость сложно. Скорее всего, слово «комплекс» подразумевает одну установку (в батарее таких от 4 до 8). Иначе говоря, Трамп обещает 3 - 4 батареи. Это уже реально.

Кстати, официально как раз заявлено, что три батареи Patriot собираются отправить на Украину: две из собственных запасов отдаст Германия,

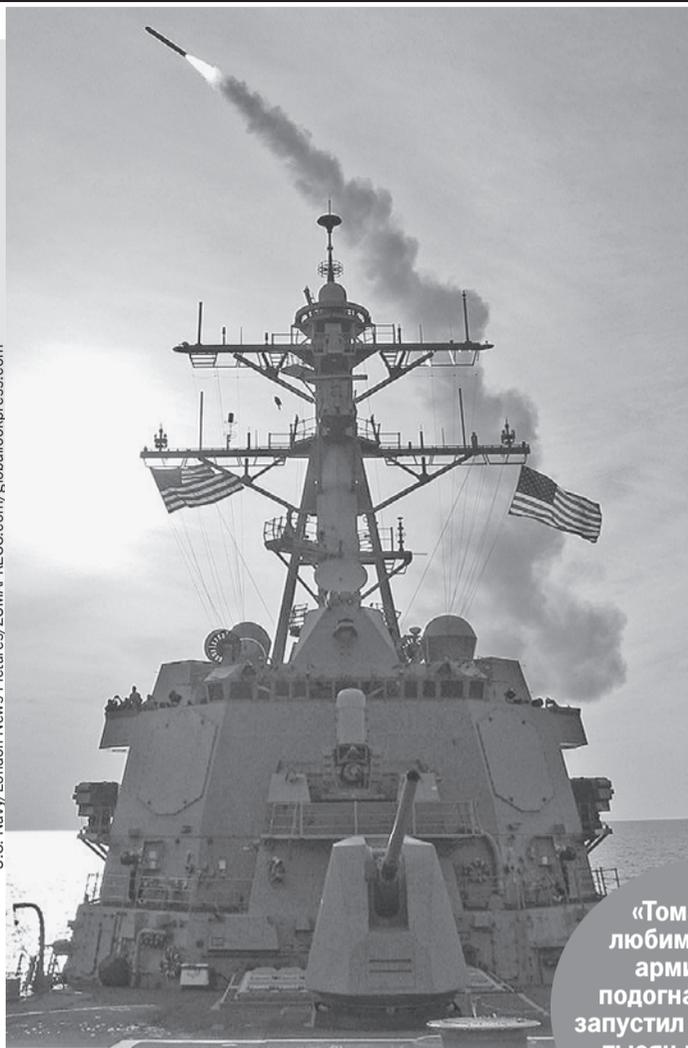
одну - Нидерланды. Взамен они закупят у США новые.

Причем Берлин уже заявил, что их первая поставка состоится не раньше, чем через несколько месяцев.

## 2 ОНИ ПОМОГУТ?

Сегодня ПВО Украины откровенно не справляется. По их официальным, а значит, сильно завышенным данным, они сбивают меньше половины ракет. Беспилотников - 70 - 80%. Для примера: ПВО Израиля сначала сбивала около 90% иранских ракет, а когда этот показатель упал ниже 80%, «Железный купол» стали называть дырявым.

Поэтому 17 пусковых установок едва помогут заштопать уже существующие дыры - слишком уж много стратегических объектов им надо прикрывать. Зеленский будет вынужден либо «размазать» ПВО по территории страны, либо, как гово-



U.S. Navy/London News Pictures/ZUMAPRESS.com/globallookpress.com

«Томагавки» - любимое оружие армии США - подогнал эсминец, запустил с нескольких тысяч километров ракеты и был таков.

# 5 вопросов об обещанных поставках

рится, тянуть туссы до подбородка, прикрывая самое ценное.

## 3 РАКЕТ ХВАТИТ?

Другая проблема - самих ракет для Patriot не хватает. И это вряд ли изменится. Поэтому стрелять из «Патриотов» ВСУ придется крайне экономно.

Вот, что об этом говорит проамериканский Military Watch Magazine:

«Поставки перехватчиков класса «земля-воздух» для Patriot были исчерпаны до 25% от объема, который Пентагон считает необходимым. Нехватка ракет усугубилась ударом баллистических ракет Ирана по объекту ВВС США в Катаре. Таким образом, ожидается, что пополнение запасов армии США будет конкурировать с помощью для Украины».

То есть сами пентагоновцы признают: поистратились! Когда на складах осталась четверть от запасов, министр оборо-

ны США Хэгсет приехал в Белый дом кричать «Караул!». Решили, что оборонка США вместо 300 ракет будет производить 500. И только часть из них пойдет на Украину. А ведь еще и Израилу нужно, и есть еще заказы. А одна такая ракета тянет на 4 млн долларов за штуку!

## 4 КАК МЫ БУДЕМ БОРОТЬСЯ С НОВОЙ ПВО?

Как только присланные на Украину «Патриоты» встанут на позиции, наши разведки (космическая, воздушная, наземная) начнут охоту. И к ним в гости неминуемо прилетят «Кинжалы» или «Калибры», может, и наши новейшие беспилотники. Тем более что тактику против них мы уже натренировали: запускается много «пустых» дронов, радары «Патриотов» начинают подсвечивать их и выдают себя. Тут и прилетает гиперзвук...

За время СВО мы «выкорчевали» уже 40 - 50 процентов всех поставленных ВСУ Patriot.

## 5 ПОЛУЧАЕТСЯ, ВСЕ БЕЗ ТОЛКУ?

Поставки, которые Трамп выдал за очеред-

## ВОЕННОЕ ДОСЬЕ «КП»

### Крылатая ракета «Томагавк»

Длина корпуса без стартового ускорителя - 5,56 м  
Длина со стартовым усилителем - 6,25 м  
Размах крыльев - 2,67 м  
Масса неядерной боеголовки - 450 кг  
Мощность ядерного варианта - 150 кТ  
Скорость полета - 900 км/ч  
Дальность - до 5,5 тыс. км (в зависимости от модификации)

ную великую победу Америки, - сомнительная помощь. А те самые 50 дней, которые он дал на раздумье, небо Украины будет все таким же дырявым.

Чтобы украинцам не было так страшно, что их в очередной раз кинули, в СМИ высыпался сразу целый ворох с л и в о в : Washington Post сообщает, что Трамп разрешит использовать ракеты ATACMS для ударов вглубь России (но их у Киева осталось всего 18 штук); что разстраивается возможность отправки крылатых ракет «Томагавк», которые могут достать до Москвы и Санкт-Петербурга...

Напомним, что на первые поставки ATACMS (а они в двадцать раз менее дальнобойные, чем «Томагавки») Россия дала жесткий ответ. Все мы помним, как на завод «Южмаш» в Днепропетровске обрушился «Орешник». Тут уж одним «Орешником» дело вряд ли обойдется.

И это прекрасно понимают в Пентагоне. Поэтому публично Трамп обещает только Patriot. А сливы могут быть попыткой прощупать нашу реакцию. Но до реальных поставок «Томагавков» вряд ли дойдет. Ведь, как неоднократно заявлял Путин, это сделает США прямым участником конфликта. И на такой шаг Трамп, который даже санкции сразу не решается ввести, вряд ли когда-нибудь пойдет.

И это прекрасно понимают в Пентагоне. Поэтому публично Трамп обещает только Patriot. А сливы могут быть попыткой прощупать нашу реакцию. Но до реальных поставок «Томагавков» вряд ли дойдет. Ведь, как неоднократно заявлял Путин, это сделает США прямым участником конфликта. И на такой шаг Трамп, который даже санкции сразу не решается ввести, вряд ли когда-нибудь пойдет.

## ПОКА ВЕРСТАЛСЯ НОМЕР

Тем временем Трамп опроверг планы по передаче Украине дальнобойного вооружения. «Мы не собираемся этого делать», - заявил он и уточнил, что поставляются пока только ракеты для Patriot.

## ■ ДЕБЕТ-КРЕДИТ

# Европа «кинула» Украину

Евгений УМЕРЕНКОВ

Оружейный план Трампа уже забуксовал.

Идея Трампа поставлять американское оружие Зеленскому за деньги европейцев уже расколола Европу.

Выяснилось, что, безусловно, готовы платить только Нидерланды, Дания и Германия.

На словах-то все мастаки показывать единство НАТО. Но вот когда доходит до дела, начинают потихоньку отползать.

## МАКРОН ОТОШЕЛ В СТОРОНУ

Франция не присоединилась к инициативе США по закупке оружия для Украины, сообщило издание Politico. И объяснило мотивы Парижа: Макрон давно призывает европейцев создавать свою военно-промышленную базу за счет закупок на местном рынке.

Во французской казне сейчас, кстати, такая большая дыра, что премьер-министр Байру заявил: в следующем году следует отменить празднования Дня победы во Второй мировой и Пасхального понедельника, чтобы сэкономить. Для своего военного бюджета, который через год должен составить 64 миллиарда евро, непонятно, где взять средства... Так что денег на оружие Киеву, увы, нет.

## МЕЛОНИ ЭКОНОМИТ ДЕНЕЖКИ

В отказ от участия в ловком схематозе Трампа также ушла Италия, чья премьер-министр Джорджа Мелони неустanno повторяет, что всей душой болеет за Киев. Причина, как объяснила газета Stampa, банальна: у страны нет свободных денег.

Участвовать в затее хозяина Белого дома отказалась и Чехия. Премьер страны Петр Фиала пояснил: Прага сосредоточится на других проектах и способах помощи Киеву - например, в рамках инициативы по отправке боеприпасов.

Венгрия тоже не станет финансировать поставки американского оружия для Украины, заявил глава МИД страны Петер Сийярто. Будапешт и раньше заверял, что помочь вооружениями Киеву не намерен.

## КАЛЛАС ПОТЕРЯЛА СЛУХ

Дело дошло до того, что сама верховная евродипломатка ЕС Кая Каллас от имени всей Европы пристыдила Дональда. «Мы приветствуем заявление президента Трампа об отправке большего количества оружия Украине, - приводит ее слова Politico, - хотя мы хотели бы, чтобы США разделили это бремя».

Простодушная эстонка разъяснила: американцы должны продолжать финансовую поддержку Украины. Раз Евросоюз платит за оружие для Зеленского, то и Америка обязана делать то же самое.

Барышня совершенно не слышит, что говорит американский президент. А его фишка именно в том и заключается, что США только обогатятся на сделке. Ведь он сказал: «Мы производим оружие, европейцы его покупают. Соединенные Штаты больше не будут платить».

Республиканец одержим желанием вернуть 350 миллиардов долларов, которые, как он утверждает, США уже потратили на Украину. Откуда он взял эту цифру, уже никто и не спрашивает. Трамп полагает, что с европейцев в рамках сделки по оружию он сможет слупить не меньше 10 миллиардов.

Хоть что-то, а потом придумает, как еще потрясти Киев и его европейских спонсоров. Поэтому, когда Дональд на днях в Белом доме хвалил «отличных парней» из НАТО, он наверняка имел в виду: как хорошо можно поживиться за их счет!

# Лето, дети и соцсети

КОММЕНТАРИЙ  
ЭКСПЕРТА

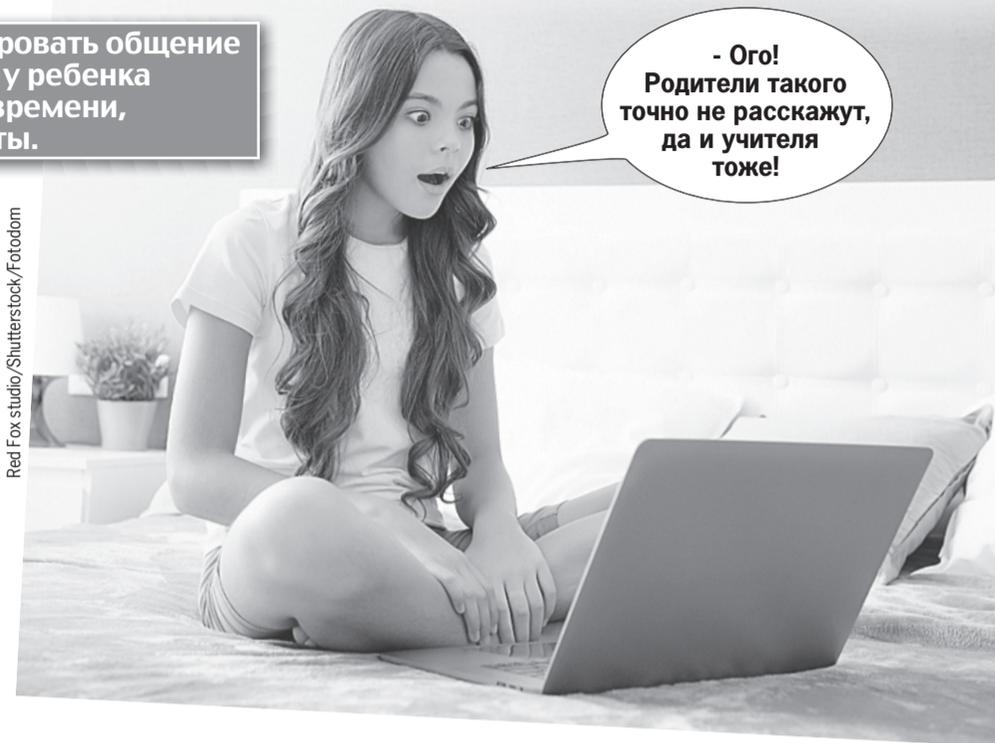
## Будьте в контакте

Почему стоит дозировать общение в интернете, когда у ребенка каникулы и вагон времени, рассказали эксперты.

**Анна КУКАРЦЕВА**

Летом у родителей меньше возможностей контролировать своих детей и их экранное время. Вот и торчат подростки в соцсетях. Что они там находят? Да все подряд. Но в первую очередь новизну, общение по интересующим темам, модные тенденции. Насколько безопасна эта среда?

- Социальные сети - большой манящий мир с огромным количеством возможностей, - говорит психолог **Ольга Перекатова**. - Вне зависимости от социального статуса и географического положения человек может делиться своим



Red Fox studio/Shutterstock/fotodom

творчеством с многомиллионной аудиторией. Получать доступ к международным образовательным ресурсам, изучать языки, находить единомышленников из разных

стран, общаться, обучаться и даже зарабатывать. Но, увы, чрезмерное увлечение соцсетями может негативно повлиять на интеллект и психическое состояние детей.

**РАДИО  
КОМСОМЛЬСКАЯ  
ПРАВДА**  
radiokp.ru

**Советы по воспитанию, здоровью и развитию ребенка дают опытные психологи, педагоги и врачи в «Родительском вопросе» по воскресеньям в 11.00 (мск)**

Нет, не в соцсети. А в прямом контакте со своим ребенком - чтобы вовремя увидеть, что его поведение изменилось, советует **Ольга Перекатова**.

По данным опросов, почти 60% подростков от 15 до 18 лет проводят в соцсетях большую часть дневного времени (некоторые по 6-8 часов!). При этом большинство осознают ненормальность такой ситуации. И с радостью отрываются от смартфонов ради живого общения.

К сожалению, если в семье напряженные отношения, у детей растет риск рискованного поведения в Сети, предупреждает психолог. Ребенок с готовностью открывается незнакомым людям, а не своим близким. И легко может стать жертвой мошенников.

- Да, социальные сети стали неотъемлемой частью жизни современного человека. Но именно родителям нужно позаботиться о том, чтобы научить своих детей осознанному и безопасному «серфу» по Сети, - отмечает **Перекатова**. - Поэтому так важно быть в контакте с ребенком: если подросток столкнется с чем-то пугающим, он должен знать, что может обратиться за помощью к самым близким людям.

Убедитесь, что ребенок соблюдает цифровую «гигиену» - пароли, конфиденциальность, отсутствие лишней информации. Договоритесь об ограничении времени в соцсетях.

- Обсуждайте контент, не критикуя, а интересуясь: чем так зацепил вашего сына или дочь тот или иной блогер? Учите подростка критически мыслить, объясните схемы мошенничества и договоритесь о правиле: «Если что-то кажется подозрительным - спросить у взрослых». Важно не запрещать. А научить детей контролировать контент и не подчиняться ему, - говорит эксперт.

### 1 ЛОМАЕТСЯ СИСТЕМА ВОЗНАГРАЖДЕНИЯ

- Подростковый мозг особенно уязвим перед интернет-зависимостью. Ведь префронтальная кора, которая отвечает за самоконтроль, еще формируется, - объясняет **Ольга Перекатова**. - А если ребенок ежедневно получает сотни микродоз дофамина («гормона удовольствия») от лайков и уведомлений, это «ломает» систему вознаграждения мозга. И формирует привыкание. Следом падает мотивация к достижению долгосрочных целей. Становится все труднее воспринимать сложную информацию, снижается способность концентрировать внимание.

### 2 ПОЯВЛЯЮТСЯ КОМПЛЕКСЫ

Соцсети влияют на формирование самооценки. В подростковом возрасте растет потребность быть привлекательными для сверстников. А сравнение

## 5 КОНКРЕТНО ГЛАВНЫХ РИСКОВ ДЛЯ РЕБЕНКА ПРИ ЗАВИСАНИИ НА ИНТЕРНЕТ-ПЛОЩАДКАХ

себя с «идеальной картинкой» в интернет-пространстве приводит к проблемам. Мальчик или девочка начинают верить, что все вокруг успешнее, красивее, счастливее. Это может стать фактором развития депрессии.

! **Психологи предупреждают:** фильтры и нейросети создают недостижимые идеалы красоты, что приводит к искажению восприятия своего тела. И провоцирует расстройства пищевого поведения и дисморфобию (убежденность в наличии физического недостатка, из-за чего особенности внешности воспринимаются как уродства).

### 3 ДЕГРАДИРУЕТ УМЕНИЕ ФОРМУЛИРОВАТЬ МЫСЛИ И ОБЛЕКАТЬ ИХ В СЛОВА

Бесконечно «зависая» в соцсетях, подросток настолько привыкает к коротким видео, фразам, что перестает сам формулировать свои мысли. За него там уже все сказали и написали.

### 4 КИБЕРБУЛЛИНГ (ИНТЕРНЕТ-ТРАВЛЯ)

Несмотря на то, что травля происходит в Сети, «виртуально», последствия могут быть очень даже реальными и травмирующими. Исследования показывают: из-за кибербуллинга у челове-

ка снижаются самооценка и желание общаться с другими людьми. Развивается депрессивное состояние, усиливаются страхи, тревожность и апатия.

! **Что особенно опасно:** буллинг в соцсетях не заканчивается после уроков - он продолжается 24/7.

### 5 МОШЕННИЧЕСТВА В СЕТИ

Статистика показывает значительный рост числа цифровых преступлений. Дети находятся в зоне повышенного риска в силу своей незрелости, доверчивости и отсутствия опыта. Более 80% несовершеннолетних хоть раз подвергались атакам кибермошенников.

! **Особую опасность представляют:** схемы с вовлечением в нелегальную деятельность. Подростки, движимые желанием быстро заработать и признания, часто не осознают юридических последствий, боясь «показаться глупыми». И это приводит к печальным последствиям.

## «ДАЧНЫЕ ФЕИ» ПОЗДРАВЛЯЮТ!

РЕКЛАМА

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

bober.ru

# Днем - стоматолог, ночью - астрофотограф



Иван Кузнецов с дочерью вместе наблюдают за звездами.

## Анна ПЕРЕВОЩИКОВА

- Связь с космосом держу с детства, - рассказывает астрофотограф из города Горняка Алтайского края **Иван Кузнецов**. Мужчина уже много лет наблюдает за звездами: в его «арсенале» теперь не просто телескопы, но и целая домашняя обсерватория.

## ВСЕ НАЧАЛОСЬ С... ПАПЫ

Как рассказал Иван, его отец был строителем. Когда мужчина брал сына с собой на работу, маленький Ваня начал использовать трубы как телескоп - смотрел внутрь с замиранием сердца и искал на небе звезды. Годы шли, а фантазии о космосе не иссякли...

- Когда я повзрослел, то смог позволить себе купить первый настоящий телескоп. Но пользоваться им не умел. В итоге около 10 лет телескоп пролежал. Потом я потихоньку начал изучать, как настраиваются эти оптические приборы, начал общаться с



Первый телескоп Иван купил давно, но долгое время не знал, как им пользоваться.

## Купол пришлось делать своими руками.



личный фотоархив

ребятами-астролюбителями из Барнаула. И закутилось... - вспоминает мужчина. По словам Ивана, астрофотография - это очень дорогая сфера, на которой довольно сложно заработать деньги. Ты быстрее будешь тратить средства, чем их получать. Поэтому звезды - это хобби, дело для души и сердца, а по профессии мужчина - стоматолог.

- Я живу в городе Горняк. Если говорить про розу ветров, то наш населенный пункт - как бутылка от горлышка: все ветра, все воздушные массы в крае проходят через нас. Поэтому делать астросъемку крайне трудно - из-за ветра сфокусироваться практически невозможно. Чтобы снимки получились качественными, телескоп должен стоять неподвижно, - пояснил собеседник. - Я пытался

выстраивать какие-то защитные сооружения от ветра, но они не давали никакого результата.

И так Иван задумался о собственной обсерватории.

## СВАРОЧНЫЙ АППАРАТ И БОЛГАРКА В ПОМОЩЬ

Так как мужчина живет в частном доме, было решено строить обсерваторию прямо во дворе - на крыше гаража. В целом мужчина со стройкой на «ты», но строительство купола, самой главной детали, его озадачило.

- В интернете таких чертежей не найдешь. Есть фотографии готовых самодельных проектов, но не более. Вообще у нас в России купола производит всего лишь одна компания, и стоимость начинается от миллиона рублей. Поэтому решил, что буду делать все сам, - рассказывает астроном-любитель.

Вооружившись сварочным аппаратом и болгаркой, Иван приступил к созданию купола для будущей обсерватории. Оказалось, что построить конструкцию не так сложно, как возвести ее на крыше гаража.

- Вышка во двор не подъехала бы - пришлось бы сносить заборы. Поэтому поднимал я все в одиночку. Вот в 10 вечера я собрал купол и начал поднимать на веревках. Закончил только в пять утра.

В настоящее время работа над строительством обсерватории еще не закончена, но близится к финалу. Сейчас мужчина прорабатывает вопрос вращения купола, чтобы была доступна любая точка на небе. В этом вопросе за помощью он обратился к искусственному интеллекту.

- ИИ пишет мне практически весь программный код для электронной схемы вращения, - пояснил Иван Кузнецов.

## ТРИ НЕДЕЛИ РАДИ ОДНОГО СНИМКА

Только представьте - ради только одного снимка астрофотографам приходится ждать несколько дней, а то и недель. Дело в том, что фотография - это



Зимой на съемку одного кадра уходит около трех дней, а летом - две-три недели, так как ночи короткие.

личный фотоархив

наложение снимков друг на друга, как в слоеном пироге. Чем больше будет исходных картинок, тем качественнее получится на снимке тот или иной космический объект.

- Если мы сделаем всего один снимок, то камера попросту не успеет запечатлеть то, что происходит в небе, - это же очень далеко от нас. Как правило, фотографировать нужно раз в пять секунд. Зимой на съемку уходит около трех дней, а летом - две-три недели, так как ночью светлее и светает рано.

Так что работа кропотливая. Но зато однажды снимок Галактики Треугольника М-33 разместили в астрономическом журнале.

- Это вторая самая большая галактика на нашем небе, но невооруженным глазом мы ее не увидим. Для наблюдений нужен телескоп. Мне удалось сфотографировать даже туманности -

это красненькие кругляшки и синенькие пятнышки. Речь идет о скоплении молекулярного водорода и кислорода: то, что у нас на Земле сразу улетучится, в космосе скапливается в сотни тысяч километров облаков, - отмечает Иван Кузнецов.

Или вот еще снимок туманности IC1318 - Бабочка, которая расположена возле звезды Садр.

- Садр окружает очень большое скопление водорода, и звезда настолько ярко светит, что водород светится. Это место, где рождаются новые звезды, - поясняет астроном.

Ngc7635 - Туманность Пузырь. Внутри этого круглого шарика, или пузыря, очень активная звезда.

- Ее солнечный ветер - частица - развивает скорость до тысячи километров в секунду, и благодаря этому вокруг звезды образуется дымка в форме шара.

В объектив астронома попало даже звездное скопление Плеяды, или, как его называют, «Семь сестер».

- Это звезды, окруженные пылью. Они летели друг другу навстречу и теперь проходят сквозь друг друга, а нам кажется, будто они все вместе. Свет, исходящий от звезд, зародился еще в 1500 году, а к нам он дошел только сейчас, спустя столько лет, - комментирует мужчина.

К слову, в будущем астрофотограф надеется создать общество единомышленников, с которыми сможет совместно наблюдать за звездами.



Этот снимок разместили в одном из астрономических журналов.

личный фотоархив



Туманность IC1318 - Бабочка, которая расположена возле звезды Садр.

личный фотоархив

# На Алтае откроют агротехнологические классы

**Они будут работать на базе сельских школ, а также в Барнауле**

также в Барнауле профильные классы начнут работу в школах № 53 и № 110.

## ЧТО БУДУТ ИЗУЧАТЬ

В учебном плане ребят стоит теория, которую затем они смогут применить на практике. А также экскурсии на сельхозпредприятия, мастер-классы, работа на современном оборудовании и бесценный опыт, позволяющий уже сейчас примерить на себя роль агронома, ветеринара или технолога.

В школьной программе особый упор будет сделан на предметы, необходимые для поступления в профильные вузы: химию, биологию, физику и математику.

Важной целью является и экологическое воспитание. Агротехнологические классы позволяют сформировать у учащихся понимание важности устойчивого развития сельского хозяйства, бережного отношения к природным ресурсам и производства экологически чистой продукции, - уверены в Минобре.

## ГЛОБАЛЬНЫЕ ЦЕЛИ

Но есть и еще одна цель, которую преследуют авторы проекта, - это развитие сельских территорий, коих, к примеру, в Алтайском крае более чем достаточно, а также подготовка квалифицированных кадров.

Активную работу в создании агроклассов принимает Алтайский государственный аграрный университет. Его преподаватели разработали спецпрограмму по таким направлениям, как «Зоотехния и продукты питания», «Агробизнес», «Ветеринария», «Агрономия и агрохимия» и другие.

- На сегодняшний день в фокусе нашего внимания

находятся 29 школ, с 13 из них мы уже заключили соглашения. По этим соглашениям будут организовываться предпрофильные и профильные агротехнологические классы. Предпрофильные классы охватывают 7 - 9 классы, а профильные 10 - 11 классы, - говорит **Сергей Завалишин, проректор по учебной работе Алтайского государственного аграрного университета.**

По его словам, выпускники профильных классов наиболее активно после окончания школы подают документы именно в АГАУ, поскольку им это направление уже знакомо и интересно.

## КСТАТИ

В Рубцовском районе Алтайского края есть школа, где ученики умеют сеять, сажать и даже пахать на тракторе! К труду детей здесь приучают с первого класса. При школе есть свой большой огород и пашня. Главная цель школьных сельхозугодий - получение прибыли. На заработанные честно и тяжелым трудом средства обновляется техника, компьютеры, проводится благоустройство школы. А выращенные на школьном огороде овощи и фрукты идут на приготовление обедов, что позволяет экономить. С 10-го класса мальчики проходят на полях производственную практику, оттачивают навыки вождения на тракторах и комбайнах и потом даже получают корочки механизаторов. А чтобы привлечь к науке, в школе еще в 90-х годах организовали научное общество учащихся. Исследовательские работы ребят постоянно занимают призовые места на различных конкурсах и даже получали президентские премии!



В учебном плане ребят стоит теория, которую затем они смогут применить на практике.

## Анна СЕМИНА

С 1 сентября в школах Алтайского края открываются новые агротехнологические классы, в которых будут готовить будущие кадры для отрасли. Данная инициатива реализуется в рамках национального проекта «Технологическое обеспечение продовольственной безопасности». Если рассматривать более глобально, то нацпроект нацелен на «укрепление технологической самостоятельности агропромышленного комплекса» всей страны в целом.

Создание агротехнологических классов - это совместная задача Минобра и Минсельхоза Алтайского края. Уже на ранней стадии начинается профориентация детей, повышение престижа работы школьников в учебно-производственных бригадах, проводятся профильные

смены, слеты и ведется исследовательская деятельность.

## ПЕРВЫЙ ОПЫТ

Напомним, в прошлом учебном году в рамках федерального проекта «Кадры в агропромышленном комплексе» нацпроекта «Технологическое обеспечение продовольственной безопасности» уже открыли четыре агрокласса. Процесс обучения в них основывается на трехстороннем соглашении непосредственно между школой, профессиональной образовательной организацией и организацией агропромышленного комплекса.

А вот в новом учебном году агротехнологические классы откроют одновременно в 13 школах: Тальменский район (5), Павловский район (4), Благовещенский и Солонешенский районы (по 1), а

## ■ ТРАГЕДИЯ

# «Ехали к внуку на свадьбу»

Анна ПЕРЕВОЩИКОВА

На Алтае похоронили погибшую в ДТП семью и священника.

В Алтайском крае за последние две недели произошли сразу две страшных автокатастрофы. 30 июня в Шипуновском районе авария унесла шесть жизней, а 12 июля на бийской трассе насмерть разбилась целая семья - пожилые родители и их сын. По предварительным данным, виновником аварии стал священник. Сам он тоже от полученных травм скончался. 15 июля прошло прощание с погибшими.

## ЛОБ В ЛОБ

Авария произошла в Смоленском районе на федеральной трассе Бийск - Белокуриха, всего в двух километрах от села Смоленское. Водитель автомобиля «УАЗ» совершал обгон и выехал на встречную полосу. Машина, которой управлял 44-летний священник, на скорости столкнулась с автомобилем «Тойота», в котором ехала семья. В итоге супруги 73 и 70 лет, а также их 43-летний сын и знакомый, который сидел за рулем, погибли на месте... Священника, который является предполагаемым виновником страшной трагедии, пытались спасти, но и он после лобового столкновения не выжил.

«Комсомолке» удалось связаться с родственниками погибшей семьи. Известно, что семья направлялась в Бийск из села Смоленское.

- Родители и мой брат-двойняшка ехали

к старшему внуку и племяннику на свадьбу. Я - за ними следом, может, в пяти минутах от места аварии. Все очевидцы, кто там был, говорят, что, когда вытаскивали «святого» человека, от него шел запах (речь идет о запахе алкоголя, информация пока не подтверждена. - Прим. ред.). Машина моих родственников лежала на обочине, а «УАЗ» - на встречной полосе. Все свидетели говорят, что это он вылетел на «встречку», - отметил младший сын погибшей супружеской пары.

По словам семьи погибших, в настоящее время назначена официальная экспертиза, которая покажет, был ли водитель «УАЗа» нетрезв в момент ДТП. А пока родные пытаются пережить огромное горе...

- Они ведь на свадьбу ехали... Невесте и жениху сообщили об аварии только в самом конце торжества, поэтому второй день свадьбы отменили, - говорят родные погибших. - Мы остались без отца, без матери, без брата. У водителя, друга нашей семьи, осталось трое детей - младшему всего два месяца, среднему 11 лет, а старший только-только в армию ушел. Жена теперь одна. А весь интернет пестрит новостями лишь о том, что товарищ священник бедный...

## «ЕХАЛ ЗА ДЕТЬМИ»

Водителем «УАЗа» оказался настоятель храма архангела Михаила поселка Верх-Обский Смо-



За рулем «УАЗа» находился иерей Алексей Штык.

ленского района, храма Смоленской иконы Божией Матери села Смоленское, иерей Алексей Штык. Знакомые семьи батюшки не верят, что он мог быть пьян. К тому же в день трагедии он якобы ехал за детьми.

- Может, хватит слухи разгонять. Он ехал в Бийск за детьми (они в секциях занимаются, плавание и борьба), - пишет друг погибшего в группе в VK. - Трагическая случайность. Нисколько не оправдываю

Леню, он, как всегда, опаздывал, не учел, что трасса мокрая. Видно, что в последний момент он пытался уйти от удара. Именно поэтому смята правая часть «УАЗа», а не левая. Жаль всех, безумно жаль.

У мужчины остались жена и четверо детей. Все, кто знал отца Алексея, оказывают помощь и поддержку матушке Наталье. Священника похоронили в селе Малоугренево.

## ОФИЦИАЛЬНО

На данный момент по факту аварии расследуется уголовное дело по ч. 5 ст. 264 УК - нарушение правил дорожного движения и эксплуатации транспортных средств, повлекшее по неосторожности смерть двух или более лиц. Дело стоит на контроле **начальника ГУ МВД Сергея Камышева.**

## А В ЭТО ВРЕМЯ

# Угробил дочерей и внука, а сам выжил

Еще одной трагедией обернулся выезд автомобиля на встречную полосу. ДТП случилось 15 июля возле села Манжерок в Республике Алтай.

В тот роковой день в автомобиле Nissan Serena ехала целая семья - 70-летний дедушка за рулем, а на пассажирских сиденьях - его супруга, две дочки и два внука, младшему из которых девять

лет. Выехав на «встречку», он столкнулся с грузовиком SHACMAN, которым управлял 46-летний житель Алтайского края.

В результате аварии обе дочери пожилой пары и 13-летний внук скончались. Водитель, его 68-летняя жена и 9-летний внук доставлены в больницу в тяжелом состоянии. Водитель грузовика отделался ушибами.

Кстати, это ДТП произошло прямо у памятника Шишкову. Именно здесь 22 февраля 2003 года насмерть разбился бывший мэр Барнаула **Владимир Баварин.**



В машине, которая вылетела на «встречку», ехала семья из Новосибирска.

МВД Республики Алтай

Алексей ОВЧИННИКОВ

Генпрокуратура требует признать экстремистом латвийского совладельца компании «Рижский хлеб» и конфисковать его часть бизнеса.

### ОТКАЗАЛСЯ РАССТАТЬСЯ МИРНО

О вопиющем юридическом парадоксе вокруг «Рижского хлеба» «Комсомолка» рассказывала неоднократно. Напомним, хлебопекарное предприятие было создано в городе Родники Ивановской области в 2006 году двумя компаньонами - русским Сергеем Сиренко и латышом Нормундом Бомисом. В этом ООО каждому из них принадлежит по 50% доли.

Предприятие успешно развивалось, его продукция вошла в сотню лучших товаров России, ежегодно государство получает от него в виде отчислений и налогов более 220 млн рублей.

В 2022 году проживающий под Ригой Бомис возмутился началом СВО и потребовал от российского компаньона распродать активы и закрыть предприятие - чтобы не помогать экономике РФ. Сергей Сиренко отказался, предложив расстаться мирно и выкупить долю Бомиса. Однако латыш не согласился, пригрозив, что закос-

# Буханка спорного



## «ПРЯМАЯ РЕЧЬ»

### «Не верится, что три года мытарств скоро будут позади»

- Конечно, рад! - прокомментировал «КП» русский совладелец «Рижского хлеба» Сергей Сиренко. - После последней публикации в «Комсомолке» дело сдвинулось с мертвой точки, ряд структур запросили у нас информацию, и пошла работа. После искового заявления Генпрокуратуры все иски в отношении нашей компании приостановлены. Самому не верится, что эти три года мытарств скоро будут позади. С учетом решительного настроя Генпрокуратуры рассчитываю на положительное решение суда и конфискацию доли у Бомиса. После чего, надеюсь, нашей компании будет предложено выкупить эту долю у государства.



Сергей Сиренко: «Надеюсь, долю латвийского партнера конфискуют, а потом предложат нашей компании ее выкупить».

Алексей ОВЧИННИКОВ - КФР - Москва

марит бизнес и не даст ему работать...

Попутно выяснилось: требование закрыть предприятие могло быть продиктовано русофобскими мотивами. Например, Бомис несколько лет назад баллотировался в латвийский парламент от ультраправого объединения неонацистского толка, члены которого восхваляли латышских эсэсовцев и призывали создавать концлагеря для русских.

С началом СВО Бомис занял ярко выраженную антироссийскую позицию. В Киеве была открыта еще од-

на пекарня, которая не переставала хвастаться помощью ВСУ, а под Ригой организован реабилитационный центр для членов украинских бандформирований. Слова «Комсомолки» о его явной поддержке украинского режима спустя время подтвердила и Генпрокуратура РФ: «Свою радикальную антироссийскую позицию Бомис и Татьяна Приходько (его украинский партнер. - Ред.) продвигают на информационных платформах принадлежащих им организаций, открыто оправдывают деятельность украин-

ских властей, их бандформирований против РФ, ее суверенитета и территориальной целостности», - говорится в исковом заявлении Генпрокуратуры.

Кроме того, «за счет финансовых ресурсов фирм в Латвии и на Украине Бомис спонсирует карательный вооруженный батальон «Азов» (признан Верховным судом РФ террористической организацией и запрещен в России). На эти цели Бомис в период 2023 - 2025 годов перечислил свыше 36,8 тыс. долларов США...»

### СНИЗИТЬ ЗАРПЛАТУ В ВОСЕМЬ РАЗ

Но что самое «интересное»: при всей антироссийской сущности латыша, его права как собственника защищены... законами РФ!

Пользуясь этим, Бомис нанял группу московских юристов, которые от его имени начали предъявлять к «Рижскому хлебу» всевозможные «хотелки», больше похожие на форменное издевательство. Например, он засыпал контролирующие органы надуманными кляузами с требованиями провести очередные проверки на «Рижском хлебе».

Все это мешало компании нормально работать, приводило к срыву уже заключенных договоров. Мало того, российские суды, кивая на наши законы, вставали на сторону спонсора бандеровцев. Не так давно, например, Арбитражный суд Ивановской области по иску Бомиса постановил снизить зарплату директору «Рижского хлеба» Елены Улитиной... в восемь раз!

А следом тот же суд вынес решение, от которого у многих волосы встали дыбом. С 2022 года Сиренко закрыл Бомису удаленный доступ к электронным базам предприятия. А суд решил, что это незаконно, и обязал компанию передать тому кучу информации, включая персональные данные сотрудников. В том числе тех, кто отправился на СВО. «В страну НАТО передать данные русских бойцов?! И это по решению российского суда?» - ошарашены все, кто следил за ситуацией.

...И вот на днях в деле намечились сдвиги: Генпрокуратура РФ вышла с иском о признании Бомиса и его украинских и латышских поделщиков экстремистами. Потребовала запретить их деятельность в РФ и «обратить в доход Российской Федерации 50% долей в уставном капитале ООО «Рижский хлеб», принадлежащих Бомису Нормундсу».

## Бесконтактная подписка на любимую «Комсомолку»

### Подписка по QR-коду на shop.kp.ru



1. Наведите камеру телефона или планшета на QR-код
2. Перейдите по ссылке на сайт shop.kp.ru
3. Сделайте заказ в разделе «Подписка на издания «КП»
4. Оплатите подписку удобным способом

Тариф	1 мес.	3 мес.
«КП» ежедневная газета	400	1200
«КП» еженедельник + телепрограмма	200	600
«КП» ежедневная + еженедельник	570	1710

### Сбербанк Онлайн

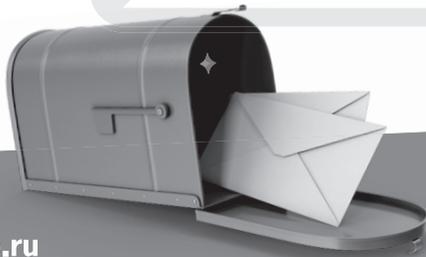
Открыть приложение → «Сбербанк Онлайн», выбрать раздел → «Платежи», ввести в строке поиска → Комсомольская правда, выбрать → Издательский дом Комсомольская правда (оплата услуг).

#### Далее заполнить последовательно:

1. «ФИО» - вписать ФИО подписчика
2. «Назначение платежа» - указать контактный телефон и издание
3. «Сумма платежа» - ввести сумму оплаты
4. «Оплата» - нажать кнопку «Оплатить»
5. «Уведомление» - сообщить о произведенной оплате по телефону 8 495 609-67-48 или по e-mail raspr@kp.ru

### Сайт Почты России

1. Зайдите на сайт podpiska.pochta.ru
2. Выберите издание и оплатите подписку удобным способом



Популярная газета для всей семьи будет приходить прямо в почтовый ящик!

По всем вопросам: 8 495 777-02-82, raspr@kp.ru

Найдена еще одна веская причина в пользу того, что спать нужно в полной темноте.

Оксана НАРАЛЕНКОВА

Ученые из Института медицинских исследований и здравоохранения Флиндерса (Австралия) совместно с коллегами из Великобритании и США нашли простой и бесплатный способ снизить риск серьезных заболеваний сердца и мозга. Новое масштабное исследование показало: затемнение спальни ночью помогает снизить риск пяти опасных сердечно-сосудистых болезней.

88 тысяч человек из Англии, Шотландии и Уэльса носили браслеты с датчиками света. Эти устройства измеряли, сколько освещения приходилось на долю участников проекта днем и ночью. Плюс ученые следили за здоровьем добровольцев, проверяя, у кого появятся такие болезни, как ишемическая болезнь сердца, инфаркт, сердечная недостаточность, мерцательная аритмия или инсульт.

Оказалось, что, чем ярче свет ночью в спальне, тем выше риск неприятностей с сердцем и сосудами. Например, у людей с самым высоким уровнем ночного освещения:



Lysenko Andrii/Shutterstock/Fotodom

# Тушите свет!

- ✓ на 23 - 32% выше риск ишемической болезни сердца,
- ✓ на 42 - 47% - инфаркта,
- ✓ на 45 - 56% - сердечной недостаточности,
- ✓ на 28 - 32% - мерцательной аритмии,
- ✓ на 28 - 30% - инсульта.

## ПОЧЕМУ СВЕЧЕНИЕ НОЧЬЮ ВРЕДИТ?

Мы живем по своим внутренним часам - циркадным ритмам. Ночью, в темноте, они регулируют давление, пульс и гормоны, помогая нам

отдыхать. Но свет - от уличных фонарей, экранов смартфонов или ламп - сбивает эти ритмы. В итоге возникают проблемы: системное воспаление, повышенное артериальное давление, нарушения обмена веществ. Уже доказано ранее, что ночная засветка разрушает мозг, повышая риски болезни Альцгеймера. А теперь стало очевидно, что со временем сон при источниках света изнашивает сердце и сосуды, открывая дорогу болезням.

✓ завести себе плотные шторы или жалюзи, чтобы блокировать свет с улицы. На таких занавесках стоит маркировка «блэк аут», и вопреки распространенному мифу шторы могут быть любого цвета, необязательно темные - для непрозрачности производителя

## КСТАТИ

Психологи из Техасского университета изучили взаимосвязь физнагрузок и крепости сна. Они повесили на добровольцев фитнес-браслеты и в течение 8 месяцев отслеживали активность волонтеров и то, как скоро они уходили в глубокую фазу сна (которая и дает ощущение выспанности и полноценного отдыха). Выяснилось, что даже дополнительные 10 минут умеренных или высокоинтенсивных физнагрузок в день позволяют быстрее проваливаться в глубокий сон. Более того, если заниматься день за днем всего лишь пятнадцатиминутку, положительный эффект сохранится почти на неделю. Значит ли это, что достаточно 10 минут зарядки и можно считать себя спортсменом и кандидатом в долгожители? Вряд ли. Но точно даже 10 минут лучше, чем ничего. **Умеренные нагрузки:** быстрая ходьба, танцы - когда мы чувствуем прилив тепла, но дыхание не сбивается. **Высокоинтенсивные упражнения:** бег, езда на велосипеде, подъем вверх по лестнице - при таких нагрузках сложно говорить, перехватывает дыхание.

используют особое переплетение нитей, не пропускающее свет. Важно, чтобы занавес полностью перекрывал проем окна, лучше с запасом - тогда свет не будет пробиваться в комнату абсолютно;

✓ выключать электронику перед сном - не нужно листать перед сном соцсети в смартфоне, читать книги с экрана тоже плохая идея. Тем более не стоит засыпать под работающий телевизор;

✓ использовать вечером мягкий теплый свет, а не яркие лампы;

✓ если затемнить комнату по объективным причинам невозможно - применяйте маску для сна. К ней необходимо привыкнуть, но когда это произойдет, организовать себе место для сна будет значительно проще. Маски бывают из разной ткани, ищите приятную на свой вкус.

! Исследование показало, что женщины и молодые люди особенно чувствительны к ночному свету. Но «световой стресс» не безобиден ни для кого.

## По несколько дней не ходите в туалет? Срочно восстанавливаем стул и микрофлору

Мало кто знает, что не только наше пищеварение, но и давление, суavity и даже настроение - все это зависит от состояния кишечника. А точнее, от бактерий, которые в нем живут и формируют свой собственный мир - микрофлору. Но из-за инфекций, плохой экологии, неправильного питания, стрессов, возрастных изменений и других причин микрофлора разрушается.

Нарушение микрофлоры - бомба замедленного действия!

Патогенных бактерий в кишечнике становится слишком много. А отсюда первые звоночки - постоянные запоры, вздутие, метеоризм, тяжесть в животе. На первый взгляд запор - это дискомфорт, но вполне безобидный!

На самом деле это смертельно опасное состояние! ПОЧЕМУ?

- Пища гниет в кишечнике, а патогенные бактерии задерживаются, начинают активно размножаться и сбивают баланс микрофлоры, отравляя весь организм.
- Кал становится сухим и твердым как камень, он травмирует стенки кишечника, разрушает слизистую, вызывая трещины и даже разрывы.
- Организму становится все труднее эвакуировать твердые массы. Сильное натуживание при запоре повышает внутрибрюшное давление, что может спровоцировать резкий скачок артериального давления.

ПОЭТОМУ запор, особенно хронический, может иметь серьезные последствия для здоровья.

Если проблемы со стулом, надо срочно принимать меры:

- нормализовать стул;
- восстановить микрофлору.

Специально для помощи в работе кишечника и его микрофлоры был создан продукт **ГастроБиом**.

Он действует в двух направлениях.

**1** В его составе пять уникальных метаболитов редких, реликтовых штаммов бактерий, найденных в горных селах Кавказа, Памира, Тянь-Шаня. Эти бактерии способны заселить кишечник, распознать патоген и нейтрализовать его. Они обладают антимикробной (антибактериальной) активностью и направлены на поддержание здоровой микрофлоры кишечника, регулярности стула и хорошего пищеварения.

**2** Кроме того, в составе ГастроБиома есть и пребиотик. Он служит пищей для полезных бактерий и стимулирует их рост, способствуя процессу восстановления баланса микрофлоры.

Помните, что здоровье и самочувствие начинается с кишечника,



а здоровье кишечника начинается с его микрофлоры, о которой может позаботиться **ГастроБиом**.

Павел Лебедев, эксперт

- ГАСТРОБИОМ МОЖЕТ ПОМОЧЬ:**
- ▶ НАЛАДИТЬ работу кишечника;
  - ▶ ВОССТАНОВИТЬ микрофлору;
  - ▶ СНЯТЬ воспаление и раздражение ЖКТ;
  - ▶ ОБЕЗВРЕДИТЬ вредоносные микроорганизмы;
  - ▶ ВЕРНУТЬ регулярность стула.

ПОЗВОНИТЕ И ПОЛУЧИТЕ БЕСПЛАТНО:

- одну упаковку;
- дополнительную скидку;
- консультацию специалиста;
- доставку заказа день в день.

**8-800-100-55-60**

Код на получение преимуществ «Кишечник в норме»



Какие сны сбываются и как читать эти предсказания - на сайте KP.RU



## КАК СНИЗИТЬ РИСКИ?

Спальню на ночь необходимо затемнять. И сделать это не так сложно:

## ВОПРОС НА ЗАСЫПКУ

### А если боишься темноты и без ночника не уснуть?

Роман БУЗУНОВ, врач-сомнолог, доктор медицинских наук, профессор, заслуженный врач РФ, автор книги «Преднамеренное спокойствие» Издательского дома «Комсомольская правда»:

- Люди, которые боятся спать в полной темноте, могут спокойно использовать ночники при соблюдении двух ключевых условий: низкой интенсивности света и правильного спектра. Главная проблема света ночью - подавление выработки гормона мелатонина. Это происходит при достаточно сильном освещении, обычно более 20 люксов (примерно как лампа в коридоре). А вот безопасный уровень освещенности для сна гораздо ниже. Это свет всего одной свечи на расстоянии 1 метра от человека. Он дает около 1 люкса. При такой освещенности вы едва различите

контуры комнаты. И такой свет не подавляет существенно выработку мелатонина и не вызывает негативных последствий для здоровья.

Как использовать ночник правильно:

**1.** Выбираем прибор с тусклым светом: освещенность должна быть минимальной, в идеале около 1 люкса (ориентируйтесь, представляя пламя свечи).

**2.** Нужен красный или теплый спектр: красный свет, длинноволновой, гораздо меньше раздражает глаза по сравнению с синим или белым светом, у которых длина волны короче.

**3.** Ночник должен быть скрыт от прямого взгляда: лучше, к примеру, поставить его за кроватью, за шторой или за тумбочкой. Это создает мягкий, рассеянный свет.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

\*При покупке 3 упаковок и более. Необходима консультация специалиста. БАД. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 121770093159, 127287, г. Москва, Петровско-Разумовский пр., д. 29, стр. 4, этаж 1, пом. 1, комн. 28. СГР № АМ.01.07.01.003.Р.001232.08.24 от 16.08.2024. Акция действует с 01.07.2025 по 31.12.2025. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел. 8-800-100-55-60. Не упустите: ГАСТРОБИОМ, 100% натуральный, в случаях хронических запоров, способствует здоровому пищеварению, поддерживает здоровую микрофлору кишечника, содержит натуральный пребиотик ФибрегамТМ, Гастроздоровье. РЕКЛАМА.



Мишка улетал на воздушных шариках, наши мамы плакали у телеэкранов. И сейчас, когда смотришь этот кусочек церемонии закрытия Олимпиады-80 в

Москве, эмоции захлестывают. А уж тогда, 45 лет назад...

# Наш ласковый миша

Три подарка для тех, кто помнит Олимпиаду-80, или для тех, кто ее не застал.

## ПУГАЧЕВА ПЕЛА ЗА САНТЕХНИКУ

Дату XXII летних Олимпийских игр выбирали, ориентируясь на прогноз погоды. Синоптики пообещали, что с 19 июля по 3 августа будут самые теплые и не дождливые дни. И если бы они тогда ошиблись - впервые в истории им пришлось бы отвечать головой за неверный прогноз перед суровым Политбюро.

И не только им. Предстоящая Олимпиада влияла на все. Срочно были построены спорткомплекс «Олимпийский», новый терминал аэропорта Шереметьево и новый корпус «Останкино». Возвели или отремонтировали множество других спортивных и неспортивных зданий, и не только в Москве - в Ленинграде, Киеве, Минске, Таллине...

В спешном порядке отгрохали несколько гостиниц, в том числе легендарный и современный по тем временам «Космос». Его возводили югославы, а народ специально ездил глазеть и моментально прозвал здание «полстакана» за округлую форму. На открытие приглашают Джо Дассена, потому что проектировали «Космос» французы. Дассен поет там вместе с Пугачевой. Его гонорар - пятизначная сумма в валюте. «Знал бы он, что я пела за унитаз!» - пожалуется потом Алла, услышав эту цифру. Она в качестве оплаты попросила у французов импортную бежевую сантехнику для своей новой квартиры - страшный дефицит в СССР...



## «ВАШ МЕДВЕДЬ ПРОШЕЛ ЦК!»

Пепси-колой новороссийского производства к Олимпиаде завалили магазины всей страны. До того ее продавали только на курортах. Стоила дорого, 40 копеек - как 13 стаканов газировки с сиропом из автомата. В городах, где предстояли соревнования, отмыли и покрасили все, что можно, выслали подальше бомжей - хотя их в СССР и без того почти не было.

Мишку утверждал ЦК партии. А ведь символом Игр мог стать вовсе не он, а матрешка, а то и вовсе какой-нибудь Конек-горбунок. Но симпатичный ушастый медвежонок понравился главе МОК Майклу Моррису, 3-му барону Килланину. И художнику Виктору Чижикову позвонили: «Поздравляем, ваш медведь прошел ЦК!»



Один из символов эпохи, знакомый каждому.

## КТО ИЗ НАС НЕ ВАРИЛ СГУЩЕНКУ?

И сразу после этого обаятельный косолапый заулыбался отовсюду - с плакатов, брелоков, курток-олимпиек, спортивных сумок... Фарфоровый мишка добрался даже до Северного полюса. Экспедиция «Комсомолки» во главе с доцентом Дмитрием Шпаро только что впервые в истории дошла туда на лыжах. Во льдах оставили непотопляемый контейнер. В нем - государственный флаг СССР, горсть московской земли, пучок казахстанской пшеницы, костыль БАМа. И мишка.

Он стал брендом - да, в СССР отлично умели раскручивать бренды, хотя и слова-то такого никто тогда не знал.

В кино крутили самые кассовые фильмы того года - «Экипаж», «Москва слезам не верит», «Пираты XX века». И побивший все рекорды проката «Вам и не снилось», на который школьники сбегали с уроков целыми классами. Какой-нибудь кинемеханик дядя Коля внезапно становился очень важным человеком, потому что мог провести знакомого пацана к себе в будку, и оттуда можно было в десятый раз, замирая, бесплатно следить за сюжетом. Вы тоже так делали?



Фарфоровый мишка добрался даже до Северного полюса!

все знаменитые советские бренды, от кирзовых сапог до духов «Красная Москва», от кваса из бочек и Хрюши со Степашкой до сверхзвукового Ту-144, появившегося раньше «Конкорда» и перевозившего пассажиров из Москвы в Алма-Ату. Помните, Мимино на его фоне голландских кур грузил? И с каждым брендом связана история, которую вы наверняка не знали. Например, про Пугачеву и Джо Дассена - тоже оттуда.

Эта большая и захватывающая книга для всей семьи. И для тех, кто большую часть этих брендов помнит с молодости, и для тех, кто их расцвет не застал. Вашим детям и внукам она поможет понять, почему мы сегодня такие, какие мы есть. Поэтому что все эти трогательные мишки и аленки - в крови и в генах даже у 15-летних. Листаешь и зависаешь на каждой странице: роскошная полиграфия, тонкий юмор автора Евгения Матонина...

А конкретно о 1980-х - другая книга нашего изда-

тельства, «Вам и не снилось». В ней повесть, по которой сняли фильм, она от него отличается. Еще - рассказы о съемках и актерах, вы многое узнаете впервые. Но не только. На этих страницах тоже дух эпохи. Рассказ о том, как мы тогда жили - строили заводы, носили школьную форму с белыми фартуками, гонялись за индийским растворимым кофе и «чаем со слонком»... Подарив кому-нибудь (или себе) любую из этих книг, вы подарите в первую очередь эмоции, а они бесценны.

И еще один вариант подарка - олимпийка от «Комсомолки». Такая же, как носили в 1980-м, но выглядит она сейчас очень современно. Универсальная, подойдет и мужчинам, и женщинам. Олимпийского мишки на ней нет, но есть наша фирменная «комсомольская» птичка. И натуральный состав радует - 80% хлопка, будто по советским ГОСТам. Вам понравится. Возможно, даже расхотите ее дарить, а оставите себе.

Чтобы купить эти книги или олимпийку, просто наведите камеру вашего мобильного на кьюар-коды

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



## СИМВОЛЫ ЭПОХИ

Все эти детали и ностальгия никуда не делась из нашей жизни, потому что без этого всего нас, сегодняшних, не было бы. Шоколадки «Аленка», советская сгущенка

(ну кто в детстве не варил эти банки по два часа на плите?), умопомрачительно красивые подстаканники в поездах... Вам тоже все это дорого, правда? А значит, понравится и книга «Главные символы великой страны. От лампочки Ильича до лунохода». В ней -



Листала Александра ЗАЙЦЕВА.

# Секреты отношений в паре: объясняем на коте

Анализируем 8 советов от читателей. Понадобится ваш мурзик.

Александра ЗАЙЦЕВА

Почему на коте? А на нем нагляднее. А еще потому, что в любой паре чем дольше они вместе, тем больше друг к другу вопросов. А к коту вопросов, слава богу, нет.

Обычно ученые ставят свои опыты на мышках, но для психологии отношений мышки не годятся. Зато кот - о, любой хозяин знает, как великолепно эти пушистые мерзавцы овладели наукой совместной жизни с людьми. И как умеют все на свете обернуть в свою пользу.

Итак, берем советы наших читателей из соцсетей, как сохранить отношения в паре, и анализируем. Для этого разговора понадобится кот.

**1 Дарите друг другу тепло, что бы ни случилось.**

Не копите обиды. Просто подойдите и обнимите его (ее). Берем пример с кота: он, конечно, может надуться, если сочтет себя ущемленным. Но крайне ненадолго. А потом все равно залезет к вам на колени и затарахтит, и вы ведь растаете, правда?

**2 Не пытайтесь никого переделать, советуют в соцсетях люди с опытом.**

Не придирайтесь, не сравнивайте избранника (избранницу) с другими: а вот у Таньки муж!.. а вот приличные жены!.. Посмотрите на вашего барсика: он принимает вас как есть, со всеми вашими качествами. Не дрессирует, не демонстрирует, что у соседского мурзика хозяин с большой буквы, а вы так себе. Нет, кот живет с вами реальным. За это вы его и любите, балуете. А он катается как сыр в масле и не тратит нервные клетки на скандалы.

**3 Чувство юмора - клей для отношений.**

Вспомните, сколь-



Катерина МАРТИНОВИЧ / КП - Москва

ко раз шкодил ваш хвостатый, а потом уморительно заметал следы. Или сидел с виноватой (либо, наоборот, наглой) мордой. И вы, вместо того чтоб наказать, начинали хохотать и выговаривать: скотина ты пушистая, ну как можно на тебя сердиться.

**4 Важные решения принимайте вместе, а не самостоятельно, договаривайтесь, советуют читатели.**

И вот тут кот наконец демонстрирует отрицательный пример. Если он решил спать на вашей подушке, а вы так не решили, он получит тапком по шерстяному заду.

**5 Оставляйте партнеру личное пространство и не пытайтесь туда влезть.**

У людей то же самое, только тапокобразный, а это куда болезненнее. Решили за мужа, что едете вместе в отпуск к вашей маме, а он категорически не хочет - это ой как вам аукнется, пусть и не сразу.

**6 Не додумывайте за другого, рекомендуют те, кто прожил вместе не один десяток лет.**

Проговаривайте вслух проблемы, прислушивайтесь. Жена (муж) внезапно начала отказываться от всего на свете под предлогом головной боли - просто задумайтесь, что могло стать поводом для этой обиды. Возможно, у нее (него) серьезные проблемы на работе или с родственниками, а вы отказались, когда вам попытались об этом рассказать. И вот уже копится непонимание и холодность, и вот уже в воображении возникает третий лишний... Реакция кота на такие ситуации - см. пункт 2.

**7 Заведите ритуалы - маленькие, но только ваши.**

Они очень часто спасают, цементируют отношения. Разводящиеся пары часто жалуются, как хорошо было в начале семейной жизни - вместе ходили в баню каждую субботу и старались не пропускать. Всей семьей лепили котлеты на Рождество, это была традиция, а потом все посыпалось...

У любого кота ритуалы обязательно есть.

Один любит спать именно на подоконнике, и попробуй запрети - разгромит полкухни. Второй дерет когти исключительно о ваше старое пальто, наплевав на когтеточку. В остальном такой кот ведет себя идеально, но за привычные ритуалы будет биться. Потому что они важны.

**8 Не прикипайте намертво.**

Не прилипайте к его (ее) энергии, настроению и деньгам. Это зависимость, она еще никого не привела к счастью. Сопереживать - да, необходимо. Но полностью отражать чужую жизнь - значит лишиться своей. Опять же, полюбуйте на своего четвероногого. Кот привыкает к дому, а не к людям. Да, он ценит вас и по-своему дорожит. Но тем, что он получает от жизни, он дорожит больше. Это вам не собака, которая, потеряв хозяина, затоскует навеки.

**P.S.** Кот, как вы уже поняли, не годится для отношений: слишком эгоцентричен, самоуверен и упрям. Но у нас, людей, есть шанс их выстроить.



Книгу можно заказать на [shop.kp.ru](http://shop.kp.ru) и приобрести в книжных магазинах и на маркетплейсах

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

21 - 27 июля

ГОРОСКОП

Подготовила Евгения АН.

**Овен**



Окружающие как сговорились испытывать терпение Овнов. Вам остается только тренировать в себе смирение: да, люди несовершенны, но деваться от них некуда, а скандалить - дурная затея. Впрочем, если у вас есть возможность сбежать и побыть в уединении, не отказывайте себе в передышке.

**Телец**



Тельцы почувствуют, что подустали. От людей, от общения... Это не будет ужасным поступком, если вы немного от всего отстранитесь и дадите себе время на переоценку всего. Когда поймете, вам станет легче, вы сможете во всем разобраться и сделать свою жизнь позитивнее и лучше.

**Близнецы**



Придерживайтесь принципа «лучше будь один, чем вместе с кем попало». Тем, кто склоняет вас к вредным привычкам и неправильному образу жизни, пора на выход из вашей действительности. Старайтесь больше отдыхать - в одиночку или с теми, кто поддерживает вас.

**Рак**



Ракам предстоит заняться расхламлением своего дома. Долой все, чем вы не пользуетесь и что вам не нужно! Все приличное отдайте или продайте, а все остальное безжалостно выносите на помойку. Ваш дом - это ваше место силы, и в нем должно быть чисто, просторно, уютно и свежо.

**Лев**



Любовь. Выбирая между текущими отношениями и отношениями с бывшим партнером, внезапно вынырнувшим из прошлого, вспомните, что вы расстались не просто так. Чтобы к вам приходили деньги, важно заниматься рутинной и выполнять свои задачи спокойно и методично.

**Дева**



Было бы полезно отдохнуть. Свободные Девы могут даже окунуться в легкий роман. Если же отдохнуть не получается, занимайтесь мелкими заботами - это тоже надо когда-то делать. И будьте внимательны при работе с документами - ретро-Меркурий любит подсыпать туда ошибок.

**Весы**



Звезды предлагают наполнить эту неделю небольшими поездками. Пора немножко развеяться. Путешествия по новым местам пойдут вам на пользу. Можете кататься сами по себе, а можно в теплой компании близких друзей. Общайтесь, знакомьтесь - сейчас именно это приведет вас к успеху.

**Скорпион**



Все бытовые проблемы предстоит разгребать не кому-нибудь, а вам. А чтобы не погрязнуть в быту окончательно, обязательно съездите куда-нибудь. Вам, как и Весам, будет весьма полезно освоить незнакомые места в приятной компании.

**Стрелец**



Стрельцы испытают душевный подъем и состояние влюбленности. Радуйте любимого человека, делайте ему сюрпризы, дарите подарки, создавайте романтическую атмосферу. Вы удивитесь, как сильно эти мелочи улучшат и укрепят ваш союз.

**Козерог**



Козероги проявят деловую хватку. Не скрывайте своих гениальных идей от руководства - сейчас у вас есть все шансы получить поддержку и воплотить их в жизнь. Долговременными проектами пока заниматься не стоит, а вот то, что делается быстро, принесет успех.

**Водолей**



На первом месте работа. Постарайтесь приложить все усилия, чтобы настроить коллег на нужный лад. Работать с единомышленниками и приятно, и продуктивность возрастает. Держите ушки на макушке - может прийти информация, которую вы используете себе во благо.

**Рыбы**



Рыбам надо продолжать курс, взятый на прошлой неделе: заботиться о себе, не доверять же это важное дело посторонним. И совет от звезд: на рожон не лезьте, в авантюры не вступайте, об экстриме забудьте, по крайней мере пока. Слишком уж травмоопасный период.

Кадр из телесериала «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона», 1979 год.



Другими Холмса и Ватсона (Василий Ливанов и Виталий Соломин) и представить уже сложно.

## Окончание.

## Начало &lt; стр. 1.

В 16 лет он сбежал из дома и отправился на Гражданскую войну: вступил добровольцем в Красную армию, воюющую в Туркестане с басмачами, участвовал в ночной кавалерийской атаке, когда было разгромлено войско Ибрагим-бека («Эта война... воспринималась им, романтическим юнцом, как пусть смертельно опасное, но все же приключение», - писал потом в мемуарах Василий Борисович). Потом поступил в актерскую студию, а в 20 лет - в труппу МХАТа, где быстро стал одним из ведущих актеров. Правда, жить ему какое-то время было негде.

«Театр снял для отца номер в гостинице «Метрополь». Со стороны Театральной площади на уровне высокого второго этажа и сейчас видна каменная полукруглая балюстрада балкона, на который мама выкатывала меня в коляске, чтобы дышал московским воздухом. Иногда отец, возвращаясь из театра, заставлял свою семью в вестибюле гостиницы с коляской и чемоданами. Ждут какого-то важного иностранца - срочно освободите номер! Отец звонил в дирекцию МХАТа, нас вселяли обратно».

В сентябре 1972 года Бориса Николаевича Ливанова не стало. Он не был глубоким стариком - всего 68 лет. Василия срочно вызвала в больницу сестра. Врачи ему сказали: «Ваш отец... Борис Николаевич... скончался».

Со словами соболезнования Василию Борисовичу позвонил сам Брежнев. Рядом с Ливановым в этот момент стояла его мама. Брежнев сказал в трубку: «Василий Борисович... примите наши глубокие соболезнования... Скажите, что мы можем для вас сделать?»

Я помнил недавний рассказ одной своей приятельницы, дочери знаменитого авиаконструктора, попавшего в партийную опалу. Когда ее отец скончался, ей тоже звонил Брежнев. И тоже спросил: «Что мы можем для вас сделать?» Ответила - и стала ездить на новой дарованной

«Волге». Такая вот компенсация потери отца. Нет, товарищ Генеральный секретарь, с Ливановыми так не получится.

- Что вы можете для меня сделать? - переспросил я только для того, чтобы маме стало понятно, о чем разговор. - Верните мне моего отца. Можете?

Потрескивание в трубке.

- Еще раз примите наши глубокие соболезнования...

### «СЕДАЯ ГОЛОВА - РЕЗУЛЬТАТ ОБЩЕНИЯ С ЛИВАНОВЫМ»

Режиссер Игорь Масленников познакомился с Василием Борисовичем, еще когда снимал исторический фильм «Ярославна - королева Франции» (1978). Актер играл там бродячего рыцаря Бенедиктуса. В своей книге «Бейкер-стрит на Петроградской» Масленников писал: «Я помню Василия Борисовича на улицах Кракова в ту пору, когда снимали «Ярославну». Он твердил, что он католик, искал фамильный дом, в котором якобы родилась его мать Евгения Казимировна, полька по происхождению. На вид Ливанов был абсолютным европейцем - ладный костюм, бритое до синевы лицо, волосы покрыты слоем бриолина. Осталось сбрить усы, с которыми он никогда не расставался, - и будет вылитый Холмс с черепом долихоцефала».

И именно Ливанова Масленников решил взять на роль Шерлока Холмса, когда взялся за экранизацию рассказов и повестей Конан Дойла. «Но руководство Центрального телевидения, по заказу которого мы должны были снимать «Холмса», отвергло его кандидатуру: «Какой же это Холмс?! Знаем мы Ливанова - шумный, сложный,

непредсказуемый...» Для очистки совести я познакомился с Александром Кайдановским, сделал фотопробы - вот уж кто полностью соответствовал литературному образу! Сух, высок, педантичен и бесстрастен. Но мне нужен был Холмс, не совпадающий с первоисточником. Ливанов - это Ливанов. Своим непредсказуемым характером, неуживчивостью и в особенности громовым голосом он напоминает Маяковского, каким его описывали современники. Правда, в отличие от двухметрового поэта, Ливанов невысок ростом, а Маяковский, в отличие от артиста, никогда не пил водки и был левшой. Но общее у них - превосходная память, полемизм, апломб, заносчивость и надменность».

Правда, в итоге об актере у Игоря Федоровича остались сложные впечатления. «Часто говорю о том, что моя седая голова - это результат восьмилетнего общения с Василием Борисовичем Ливановым. (...) Терпел потому, что уж очень удачным был выбор». И еще он пи-

сал о нем: «Ливанов вместе со своей обаятельной женой художницей-аниматором Леной может быть хлебосольным хозяином и в Москве, на Тверской, и на Никольной Горе, на даче. Но может, находясь в ином «расположении духа», позвонить, например, из ленинградской гостиницы «Европейская» в Вашингтон, в Белый дом, президенту Картеру с требованием лишить режиссера Масленникова права на постановку фильмов о Шерлоке Холмсе».

### «ДАВНО НОШУ УСЫ»

Ливанов же после фильмов сохранил самые теплые отношения с партнерами - Риной Зеленой и Виталием Соломиным. Хотя нет, Зеленую он знал с самого детства.

«Я был подростком, когда моя мама представила меня Рине Зеленой:

- Это Вася, ему десять лет.

- Десять лет! - воскликнула Рина. - Женя, дорогая, вы не успеете оглянуться, а у него уже вырастут усы.

В течение многих лет при каждой новой встрече Рина спрашивала меня:

- А где усы? Я же обещала твоей маме, что у тебя моментально вырастут усы!

Я давно ношу усы, и может быть, подсознательно благодаря Рининым настояниям».

Еще он вспоминал: «Однажды после запозднившейся съемки мы с Риной спешили на вокзал к московскому поезду. Маленький студийный автобус мчался по пустому в этот час Невскому проспекту, прихваченному мартовским ледком. Я сидел спиной к водителю. Рина устроилась в самом конце салона, напротив прохода. Вдруг из переулка вылетело такси и ударило наш автобус в бок. Удар был такой силы, что Рину выбросило из сиденья, она пролетела через весь автобус и рухнула ко мне на колени, обхватив мою голову руками. И что она в этот момент выговорила?

- Спокуха - я с вами!»

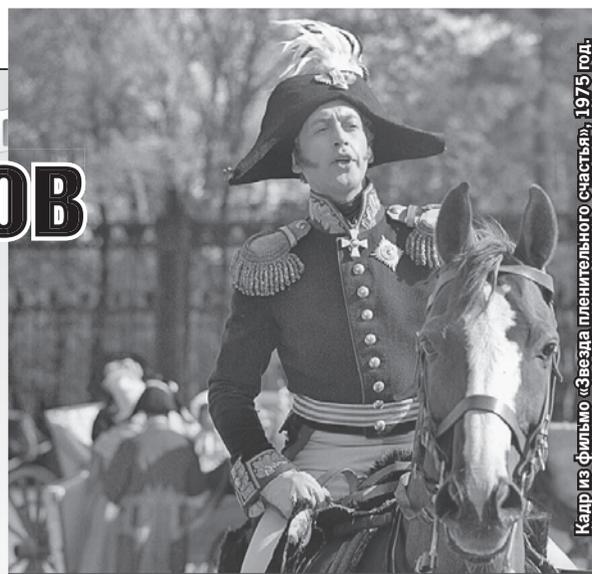
А про Соломина, когда тот скончался, Ливанов написал отдельные воспоминания, которые назвал «Виташа». Вспоминал там, как веселил его своими шутками. «Вася Ливанов мог его рассмеить, даже если папа был довольно мрачным. Вдруг звонил - и слышу, папа уже смеется», - говорила дочь Виталия Мефодьевича. А сам он в интервью рассказывал: «На дачу приезжаешь к Ливановым - Леночка, Васина жена, талантливейший художник... она все приготовит, и так вкусно, обильно... и все так ненавязчиво. Однажды мы сели за стол, и я ровно пять часов подряд не сказал ни одного слова - только хохотал. Ливанов столько разных историй знает - это такой Божий дар - можно слушать бесконечно. Их дом так затягивает, когда туда попадаешь: и что-то сочиняется, и смешное рассказывается, и за кем-то Вася наблюдает - у него сразу складывается целая история... Это разговоры обо всем на свете... Это не сплетни! И так бы сидел там у них сутками - такой это дом».

Денис КОРСАКОВ.

# Василий Ливанов

## «увел» роль Холмса у Александра Кайдановского

В фильме «Звезда пленительного счастья» актер сыграл Николая I.



Кадр из фильма «Звезда пленительного счастья», 1975 год.



Кадр из фильма «Малыш и Карлсон», 1968 год.

Голосом Ливанова говорят и Карлсон, и крокодил Гена, и еще множество мультиперсонажей.



globallookpress.com

### САМЫЕ ИЗВЕСТНЫЕ ФИЛЬМЫ...

- «Неотправленное письмо» (1959)
- «Коллеги» (1962)
- «Звезда пленительного счастья» (1975)
- «Ярославна, королева Франции» (1978)
- Цикл фильмов о Шерлоке Холмсе и докторе Ватсоне (1979 - 1987)
- «Дон Кихот возвращается» (1997)

### ...И МУЛЬТФИЛЬМЫ

- «Малыш и Карлсон» (1968, озвучка)
- «Крокодил Гена» (1969, озвучка)
- «Бременские музыканты» (1969, соавтор сценария)
- «По следам Бременских музыкантов» (1973, соавтор сценария и режиссер)
- «Котенок по имени Гав» (1976, озвучка)
- «38 попузав» (1976, озвучка)

Дмитрий ПОЛУХИН / Комсомольская правда

Сергей СТЕПАШИН:

# Карпин сам себе поставил задачу - чемпионство

Александр ГАМОВ,  
Кирилл СЕРОВ

Сегодня матчем «Динамо» - «Балтика» открывается новый футбольный сезон.

О фаворитах и скандалах мы поговорили с экс-премьером, членом совета директоров бело-голубого клуба Сергеем Степашиним.

- Сергей Вадимович, «Динамо» вступает в новый сезон с новым тренером. Какие задачи вы поставили перед Валерием Карпиным?

- Валерий Карпин недавно пришел к нам на совет директоров и консультативный совет, который я возглавляю. Это было перед матчем с «Партизаном» на стадионе. Сам поставил перед собой и перед командой задачу бороться за самые высшие места. Он говорит: для другого я и не собирался приходить. Ну, он амбициозный человек, тренер сборной, сам был прекрасным футболистом и «Спартак» дважды приводил ко второму месту... Поэтому задача - бороться за чемпионство и за Кубок. Карпин привнес в команду после Лички серьезнейшее укрепление дисциплины, порядка, он работает с каждым футболистом. Серьезные тренерские сборы, теоретическая подготовка. Перед матчем все приезжают на базу и там готовятся, как это было в свое время в Советском Союзе.

**«ТЮКАВИНА УВИДИМ ОСЕНЬЮ»**

- У Бальбуэна закончился контракт. Кто теперь будет капитаном?

- Ну, пока решение не принято. Есть несколько вариантов. Решит команда и решит главный тренер. Я думаю, что и Фомин может быть капитаном, может, кто-то еще. Посмотрим. Есть авторитетные футболисты.

- Когда мы увидим на поле Костю Тюкавина?

- Осенью.

- А как вам усиление - Сергеев, Осипенко? Говорили, что переходу Сергеева мешали...

- Ну, не мешали. Там были звонки, не буду называть фамилии, зачем, мол, Сергееву идти в «Динамо», давайте в «Спартак». Ну, Сергеев сразу определился, что идет в «Динамо», зная эту команду. И, во-вторых, конечно, он пошел к Карпину.

строиться на решающий матч. Поэтому надо победить самих себя.

**«НАДО УКРЕПЛЯТЬ СУДЕЙСКИЙ КОМИТЕТ»**

- А что вы думаете про скандал с «Торпедо»?

- Надо в Российском футбольном союзе серьезно пересмотреть судейский комитет. Я смотрю, там задержали арбитра, он пока под домашним арестом. Но где судейский комитет, где его отчет, где его рассказ? Ну, что это такое? Я много раз говорил, что надо укреплять судейский комитет, может быть, представителями спецслужб. У нас есть много замечательных людей, кто служил, в том числе в органах безопасности, и любит футбол.

- Получит ли кто-нибудь реальные сроки?

- Все решит суд. Я думаю, что те, кто брал взятки, - безусловно, это конкретная статья. Надо доказать только.

- Это, конечно, позор для нашего футбола.

- Мне и «Торпедо» жалко, все-таки команда с именем. Я не думаю, что большинство футболистов знало о том, что за них играет какой-то судья. Конечно, это позор. У нас такого давно уже не было. Точнее говоря, мы давно об этом не говорили...

- Вообще в МВД молодцы, не бросают дело. Но смогут ли они очистить наш футбол? Что-то РФС себя очень пассивно ведет. Или, как говорится, в расследовании главное - не выйти на самого себя?

- Да нет, я не думаю, что это относится к руководству РФС. Я прекрасно знаю и Митрофанова, и Дюкова, и Алаева, это порядочные, честные люди, любящие футбол и спорт. Надо, чтобы была действительно профессиональная команда в судейском корпусе. И не бояться вскрывать нарывы самим, а не дожидаться, когда это будет делать правоохранители.



Валерий Карпин устанавливает в «Динамо» свои порядки.

- А Осипенко?

- Естественно. Осипенко, Глебов - это же ростовские футболисты. Хорошее усиление. Главное, что это отечественные футболисты, и они стоят по 25 миллионов евро.

- Кстати, «Зенит» объявил уже второй сезон юбилейным, мол, 100 лет только в мае исполнилось, а сезон только начинается. Кто главный соперник «Динамо» - «Зенит»?

- Само «Динамо». Вспомните, мы в прошлом году чуть-чуть не стали чемпионами. Не потому, что сильно играл «Краснодар», а потому что сами не смогли на-

Это не вольная борьба, а футбольный матч «Зенит» - «Краснодар». Вот так защитник питерцев Нино пытался остановить Джона Кордобу.

Анатолий МЕДВЕДЕВ/ТАСС



## ■ ПРОГНОЗЫ

# «Зенит» в прошлом сезоне слишком спокойно начинал»

Денис АКИНИН

Экс-футболист сборной России Игорь СЕМШОВ - о главных интригах предстоящего чемпионата.

- Кто для вас фаворит первенства?

- Не буду оригинальным, в последние два-три сезона у нас борьбу за медали ведут одни и те же клубы. Это шестерка команд: московские клубы, плюс «Краснодар» и «Зенит». «Локомотиву», кажется, в следующем сезоне тяжело будет бороться именно за золотые медали, но за ними тоже будет интересно посмотреть. А кто выстрелит? Нужно не забывать, что у нас трансферное окно открыто практически до середины сентября.

- Смогут ли «быки» стать командой-династией, как это было у «Зенита»?

- «Краснодар» может повторить свой успех, но «Зенит» делал это шесть раз подряд! Так что до «династии», как у питерцев, «Краснодару» еще очень далеко. Мы не зря говорим, что выиграть чемпионат может каждый, а закрепить успех - далеко не все. Тем более два года подряд «Зенит» не может себе позволить проиграть. Чисто морально, психологически.

- Фаворит все-таки «Зенит»?

- В «Динамо» пришел Карпин, теперь все кричат, что бело-голубые должны брать чемпионство и Кубок. «Спартак» в том году весну просто загубил, но все шансы на чемпионство были. ЦСКА показал, что у него есть футболисты с характером, есть игроки, которые могут играть на результат, побеждать, выдавать

серию. Тут много будет зависеть от того, как команда стартанет и как команда быстро к требованиям Челестини привыкнет. У ЦСКА российские футболисты прибавляют с каждым годом.

- Все кричали об обязательном титуле в год столетия «Зенита», но ничего не получилось. Это большой щелчок по носу команды Семака?

- Думаю, что да. Не зря Луисиано сказал, что им нужно начинать новый чемпионат так, будто бы каждая игра - это финал. «Зенит» слишком спокойно начинал. Думали: «Если что - догоним». Но в том футбольном году догнать не смогли. Теперь и руководители, и сами футболисты с первых туров захотят взять бремя лидерства в свои руки и никому не отдавать. Немаловажно и то, кем в итоге питерцы укрепятся. Жерсона купили, но пока непонятная ситуация с Венделом.

- А что сейчас ЦСКА не хватает?

- Топового форварда, как Кордоба, Кассьерра, может быть. Если будет топовый нападающий, будет легче. А защита с Мойзесом, Дивеевым и Рошей у них и так самая сильная в чемпионате.

- «Спартак» сезон завалил...

- В последние годы «Спартак» слишком сильно тасовал свой состав, команда не успевала сыграть. Сейчас состав красно-белых более-менее укомплектован, по большому счету нужен центральный защитник. Учитывая, что в России тяжело найти хороших центральных защитников, произошел размен в виде Заболотного с российским паспортом.

- Какой результат для «Спартак» можно будет считать хорошим?

- Если «Спартак» будет в тройке. Тогда вся команда, которую собрал Станкович, пойдет в свой третий сезон за чемпионством. Я думаю, для становления коллектива и борьбы за высокие места этого будет достаточно.

Чемпионат РПЛ. 1-й тур	
18 июля	«Динамо» (М) - «Балтика»
19 июля	«Акрон» - «Крылья Советов»
	«Локомотив» - «Сочи»
	«Спартак» - «Динамо» (Мх)
20 июля	«Пари НН» - «Краснодар»
	«Зенит» - «Ростов»
	«Ахмат» - «Рубин»
	«Оренбург» - ЦСКА

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



Все новости спорта - на KP.RU/SPORTS



**МИСС КУПАЛЬНИК «КП»**

**Екатерина ВАСИЛЬЕВА, Магнитогорск:**

- Я очень активный человек, веселый и отзывчивый. С детства занимаюсь спортивной аэробикой, люблю петь и танцевать. Участвую в модных показах и фотосъемках. Учусь в Магнитогорском техническом университете. Помогаю животным.

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

**Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:**

- Екатерина - это ветер, парус и бронзовый загар. Ее темный купальник лаконичный, но с характером. Темные купальники визуально стройнят, выбирайте модели с интересной отделкой или текстурой, чтобы добавить глубины образу. Завяжите волосы в гладкий пучок, он придаст образу морской элегантности.



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



**АНЕКДОТЫ**

Не знаю, как так вышло, но самые громкие колонки у людей с самыми дурацкими музыкальными предпочтениями...

\* \* \*

**Подруга, рыдая, жалуется на мужа:**

- Этот кобель меня опозорил! Пока я к маме ездила, он умудрился затащить соседку со второго этажа в нашу кровать! А у меня не прибрано!

\* \* \*

- И вот наконец всеми правдами и неправдами ты добиваешься того, что перед тобой распахивается дверь, открывающая тебе путь к новым горизонтам. Что ждет тебя впереди? А если все зря? Вдруг то, что будет в новом мире, в разы хуже остающегося позади? Сможешь ли ты вернуться или же деяние сие необратимо? И что застанешь ты, если все-таки сможешь возвратиться? Может, лучше отступить или хотя бы взять перерыв перед принятием решения?

- Барсик! Я тебе дверь зачем открывал?

\* \* \*

**Кувыркающаяся зебра заигнотизировала всех животных.**

\* \* \*

Я хотел как лучше.

Вышло как всегда.

Ничему не учат

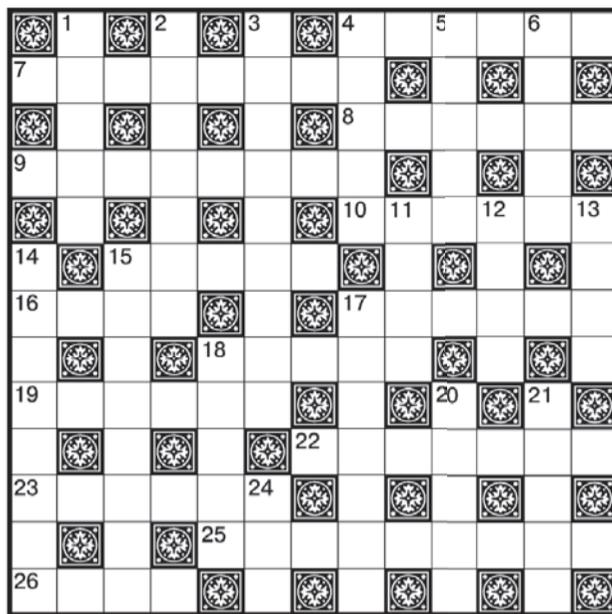
Грабли и года.

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

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



**КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА**



**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 4. Связная с нечистой силой. 7. Головной убор амиго. 8. Героиня мелодрамы «Журавушка» с лицом Людмилы Чурсиной. 9. Старуха у Максима Горького. 10. Начинка для колобка. 15. Райская птица. 16. Фестиваль мультфильмов, на котором вручают приз «Пластелиновая ворона». 17. На что жостовские узоры наносят? 18. Коренной, но не зуб. 19. «Страж весов» на суде Осириса из мифов древних египтян. 22. Вступить в зрительный ... 23. Звезда по адресу Большой Медведицы. 25. Фильм на шлягер. 26. Выплеснуться через ...

**ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Что обслуживает бригада проводников? 2. Альманах по своей сути. 3. Российский артист балета ... Таранда. 4. Кого из мультяшных псов дизайнеры слепили на основе швейцарской овчарки? 5. Кто из героев осветил другим дорогу, вынув сердце из груди? 6. Что «в притонах Сан-Франциско лиловый негр» подает героине песни Александра Вертинского? 11. Начало здания. 12. Шесть утра для сони. 13. Робин у Льюиса Кэрролла. 14. Мир водных развлечений. 15. Сталактит из воды. 17. Татец имени страны. 18. Кто из звезд нашего кино первую роль сыграл в фильме «Снегурочка»? 20. Теория моральных принципов. 21. «Эй!». 24. Арборио в глазах повара.

**ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 4. Полонез. 18. Нил. 20. Этика. 21. Оклик. 24. Рис. 12. Раны. 13. Гусь. 14. Акватарк. 15. Сосулька. 17. Гедминас. 4. Волк. 5. Данко. 6. Манто. 11. Вход. 26. Край. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Поезд. 2. Сборник. 3. 19. Анубис. 22. Контакт. 23. Алякор. 25. Видеоклип. Творит. 15. Сирия. 16. «Крок». 17. Поднос. 18. Народ. 7. Сомbrero. 8. Лунина. 9. Изергия. 10. Вальс.

**Прогноз погоды на завтра, 19 июля**

	Днем	Ночью
Барнаул	+24	+17
Бийск	+27	+18
Алейск	+26	+16
Рубцовск	+25	+17

Давление 733 (мм рт. ст.) (норма июля - 740)  
Относительная влажность воздуха - 60% (норма - 50)  
Ветер юго-западный, 6 м/с  
Восход - 5.22 Закат - 21.41  
Световой день - 16 ч. 19 мин.  
Луна убывающая t° воды +20°

**СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!** Если у вас есть: ● тема для публикации ● отклики на статью ● жалобы на доставку **Звоните нам! (495) 777-02-82** Ваше мнение для нас важно!

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

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

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

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2025», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.  
 Тираж этого номера: 169 008 экз.  
 Цена договорная

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

**РЕГИОНАЛЬНАЯ РЕДАКЦИЯ И ИЗДАТЕЛЬ - ООО «СМГ»**  
 Генеральный директор ООО «СМГ» - А. А. АБРАМОВ  
 Главный редактор «КП» - Барнаул - О. С. ВЕДЕРНИКОВА  
 E-mail: o-vedernikova@mail.ru  
 WWW.KP.RU  
 Адрес редакции и издателя: Барнаул, ул. Короленко, 51  
 ТЕЛЕФОНЫ: Редакция - (3852) 205-547  
 Рекламный отдел - (3852) 205-540  
 Служба распространения - (3852) 205-539  
 ООО ИПП «Алтай», 656049, г. Барнаул, ул. Короленко, 105.  
 Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые лицензии и сертификаты. Тираж регионального выпуска - 1300 экземпляров.  
 Заказ № 6199. Рекомендуемая цена - 29 руб.