

## Политеховскому маньяку дали 25 лет за 11 убийств

Читайте на стр. 10 ▶



Прокуратура Алтайского края

## Гороскоп от Тамары Глобы на октябрь

Читайте на стр. 12 ▶



Григорий ПОЛУЖИ



# КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Пятница, 3 октября  
№ 74 (27722)/2025 год

Газета нашего города ★ Барнаул

**KP.RU** 3 760 000  
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ  
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

## Какие подарки дарить учителям, чтобы их не признали взяткой



Читайте на стр. 3 ▶



Евгения ГУСЕВА/«КП» - Москва

## 7 способов сделать утро бодрым и добрым

Анна КУКАРЦЕВА

Полезные советы, которые  
помогут мозгу проснуться  
и начать хороший день.

По соцсетям расходитесь видео профессора Нью-Йоркского университета, нейробиолога **Венди Сузуки**. Она рассказывает, что утро - вообще-то самая продуктивная часть дня, потому что мозг в это время наиболее восприимчив к информации (ага-ага, как же, подумали сейчас большинство из нас).

- Если первым делом вы берете в руки телефон, чтобы проверить соцсети или почту, то ваш мозг вас за это ненавидит!

Продолжение на стр. 7 ▶

Евгения ГУСЕВА/«КП» - Москва

## Будущее пятисот рублей зависит от тебя!

Евгений БЕЛЯКОВ

Центробанк  
запустил выборы  
символов  
для купюры.

Деньги любят не только счет. Любят они и «обновки». Поэтому ЦБ постепенно меняет дизайн купюр.

И вот пришла очередь 500-рублевки. На сайте Центробанка **cbr.ru** запущены всенародные выборы символов, которые украсят банкноту. Голосование продлится до 12.00 14 октября.

Для оформления новой купюры эксперты отобрали 16 символов Северо-Кавказского федерального округа и 6 достопримечательностей Пятигорска.

- Каждому участнику мы предложим выбрать два объекта: для лицевой и для оборотной стороны банкноты. При этом победитель голосования необязательно будет самым крупным элементом. На купюре будут символы первого и второго плана, фоновые рисунки и микроузоры, - пояснил **зампред ЦБ Сергей Белов**.



Пресс-служба Центрального банка России

Лицевую  
сторону купюры  
украсят одной из  
достопримечательностей  
Пятигорска.

То есть объекты - победители голосования на купюру точно попадут. А остальным изображениям место на банкноте не гарантировано.

## Любовник Полины Дибровой развелся с женой

Евгения РУДИНА

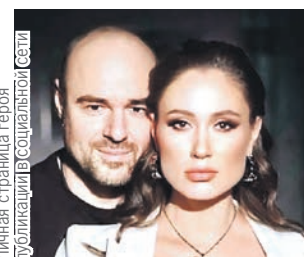
А шестерых детей  
супруги Товстик  
поделили.

Вслед за разводом **Дмитрия и Полины Дибровых** официально был расторгнут и брак ее любовника **Романа и Елены Товстик**. Точка в 19-летнем союзе была поставлена 30 сентября. Напомним, 36-летняя Полина Диброва ушла от 65-летнего телеведущего к 50-летнему жене-

тому миллиардеру Роману Товстику.

Пятеро из шестерых детей Товстиков несовершеннолетние. 15 октября суд определит, с кем останутся наследники бизнесмена. В России в 99,9% случаев детей оставляют с матерью, а отцу назначают алименты, однако уже сейчас двое старших переехали к папе, а младшие остались с мамой.

Прекрасную для него весть о разводе Роман Товстик получил за границей, куда отбыл вместе с По-



Личная страница героя публикации в социальной сети

линой. Влюбленные заходя улетели отдыхать - очевидно, понимая, что исход бракоразводного процесса будет успешным. По слухам, бывшей жене Елене Роман оставил шикарный особняк на Рублевке, щедрую сумму на счете, а также обещал не скупиться на алименты.

# Льготная ипотека спасла экономику

Андрей ЗОБОВ

**Владимир Путин принял в Кремле вице-премьера Марата Хуснуллина. Говорили о благоустройстве городов, строительстве и ипотеке.**

## МИЛЛИОНАМ СЕМЕЙ

- В 2025 году запущен нацпроект «Инфраструктура для жизни», - начал рассказ зампред правительства. - Сейчас ключевой вопрос - ввод жилья. Заделы, которые мы сделали в последние несколько лет, позволяют сказать, что в этом году мы введем больше 100 миллионов кв. м жилья. Миллионы семей улучшат свои жилищные условия.

Почему **Хуснуллин** сделал акцент на «заделах» - понятно. Он заметил, что в этом году показатели немного ниже, чем в 2024-м. А в Минстрое полагают, что в 2027 - 2028 годах объем введенного жилья может еще немного уменьшиться. Но правительство планирует переломить ситуацию.

- Несмотря ни на что, потенциал развития территорий растет. Объем жилья

в стадии строительства пока достаточно стабильный. В опорных населенных пунктах, где проживает 75% населения страны, качество жизни улучшится на 30%, - пообещал вице-премьер.

## ЗНАК КАЧЕСТВА

Особое внимание к автодорогам - от них зависит доступность городов, а значит, и торговля. Строительство идет с опережением сроков.

- Открыли последний участок от Санкт-Петербурга до Екатеринбурга - очень востребованная дорога, 7 тысяч машин в сутки. Расширяем трассу «Россия» от Санкт-Петербурга до Владивостока. Продолжаем Азовское кольцо, дошли до Мариуполя. Планируем закончить Калининградское кольцо, - перечислил вице-премьер.

Продолжается строительство вдоль побережья Черного моря: кипит работа над обходом Адлера, прокладываются и ремонтируются трассы под Сочи, проектируется дорога до самого Новороссийска.

- Несмотря на то что у нас за последние пять лет количество машин повысилось, количество аварий и смерт-



Александр КАЗАНОВ/РИА Новости

**Вице-премьер Марат Хуснуллин отчитался Путину о строительстве в новых регионах. Все расписано на шесть лет: нужны дороги, школы, больницы. И, конечно, дома для людей, выбравших быть с нами.**

ность снизились на 9%, - заметил Хуснуллин.

- От качества дорог зависит многое, конечно, - согласился президент.

## СПАСИТЕЛЬ КТО?

- Как ипотека себя ведет? - поставил вопрос ребром **Владимир Путин**.

- Поддержка льготной ипотеки удержала рынок. Мы компенсируем процентную ставку миллионам людей. Это недешево для бюджета, но это мера, благодаря которой нам пока удается сохранить строительный комплекс, - ответил вице-премьер.

- Надо поддерживать строительный сектор, - поставил задачу президент.

## РОССИЙСКИЙ УРОВЕНЬ

Отдельно Хуснуллин похвалил новые регионы. Здесь огромные планы по строительству, на шесть лет все расписано до кочки - где дорога, где больница и школа, где нужны дома.

- Сегодня они полноценно интегрировались в нашу экономику. С 2025 года все реализуют проекты уже по российским стандартам. Некоторые даже идут на среднем уровне по стране по выполнению программ.

Например, Луганская Народная Республика - 29-е место из 89 в России.

Улучшения заметны не только в строительстве - очень осторожно, но все-таки приходит бизнес, появляются новые предприятия...

- Очень важным было решение о том, что крупные банки должны зайти в новые регионы. Это дало прорывной толчок - мы начинали с кредитного портфеля 10 миллиардов, а сейчас у нас 175 миллиардов работает в экономике регионов. За три года работу настроили, - подытожил вице-премьер.

## ■ ДЕРЖИ КАРМАН ШИРЕ

# Пенсии в 2026 году повысят уже 1 января

Евгений БЕЛЯКОВ

**А не 1 февраля, как планировалось ранее.**

- Индексация страховых пенсий в 2026 году составит 7,6%. В результате средний размер страховых пенсий по старости увеличится почти на 2000 рублей и составит 27,1 тысячи рублей, - пояснили в Минтруде.

Примечательно, что с 2026 года власти хотели вернуться к старой практике, которая использовалась до 2016-го. Тогда индексация проходила дважды. С 1 февраля пенсию повышали на размер инфляции за предыдущий год. А с 1 апреля добавляли еще - на размер «дополнительных доходов» Пенсионного (тогда еще) фонда. Правда, вторая прибавка была скорее символической.

Потом власти решили, что справедливее будет компенсировать пенсионерам потери раньше, и стали повышать пенсии один раз с 1 января, но выше ожидаемой инфляции. Когда рост цен был предсказуемым, эта схема работала. Но в последние несколько лет давала сбой. Поэтому приходится исправлять все вручную.

К примеру, в середине 2022 года сделали досрочную прибавку

из-за резкого роста цен, вызванного санкциями. С 1 января этого года пенсии подняли на 7,3% (такую инфляцию прогнозировал Минфин в конце лета и начале осени). Но инфляция за 2024 год оказалась выше - 9,5%. В итоге недостающую часть пересчитали задним числом и компенсировали с 1 февраля.

Видимо, теперь в правительстве снова решили, что повышать один раз - с 1 января - будет удобнее. Инфляция стала более предсказуемой. А в случае чего всегда можно пересчитать.

- Перенос индексации с февраля на январь означает, что пенсии вырастут раньше. То есть пенсионеры будут получать повышенную пенсию не 11, а 12 месяцев. Это плюс 2 - 2,5 тысячи рублей. При этом апрельская прибавка, по моим расчетам, в любом случае была бы небольшой. В среднем 56 - 58 рублей в месяц, - рассказал «КП» **профессор Финансового университета при правительстве РФ Александр Сафонов**.

Январская индексация должна точно перекрыть инфляцию за 2025 год. Последний инфляционный прогноз Минэкономразвития - 6,8%. Всего на выплаты пенсий направят почти 13 трлн рублей.

## ■ КОШЕЛЕК

Евгений ОРЛОВ,  
Сергей ГРИГОРЬЕВ

**На компенсацию депозитов времен СССР направят 5 млрд рублей за три года.**

Наверное, многие из нас уже давно забыли про эти деньги... А власти помнят! Поэтому в проекте бюджета на ближайшие три года, который правительство внесло в Госдуму, есть такой интересный пункт. С 2026 по 2028 год из федеральной казны будет выделено почти 5 млрд рублей на выплаты компенсаций россиянам по советским вкладам.

➤ 1 млрд 662 млн рублей на эти цели хотят направить в 2026 году.

➤ 1 млрд 600 млн рублей - в 2027 году.

➤ 1 млрд 560 млн рублей - в 2028 году.

Уточним, что государство компенсирует те вклады, которые были открыты до 20 июня 1991 года в Сбергательной банке. И вот почему.

- Советские вклады в сберегательных кас-

# Вклад в советское прошлое

**ЗНАЙ!**

Если вклад действующий, то нужно обратиться в Сбербанк с паспортом и сберегательной книжкой. Нужно будет написать заявление на получение компенсации.

Если сберкнижка потеряна, то нужно обратиться в Сбербанк, оформить заявление об утрате и заявление на получение компенсации.

А если вы наследник, дополнительно нужно принести свидетельство о смерти вкладчика и документы, подтверждающие право на наследство.

Если вклад был закрыт с 20 июня по 31 декабря 1991 года, то компенсация не выплачивается.

**КАК ПОЛУЧИТЬ КОМПЕНСАЦИЮ**

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

сах фактически представляли собой государственный долг. Ведь люди помещали деньги на вклад не потому, что их был избыток. А потому, что на них нечего было купить. И средства со вкладов правительство использовало для финансирования своих проектов. А в 1995 году был принят закон о компенсации советских вкладов. И сейчас правительство потихонечку выплачивает эти сред-

ства, - пояснил в эфире Радио «Комсомольская правда» **экономист, автор телеграм-канала «Деньги и писец» Дмитрий Прокофьев**.

Причем платят не только самим вкладчикам, но и их наследникам. Сумма компенсации в первую очередь зависит от возраста получателя.

● Вкладчикам, которые родились в 1945 году или раньше, компенсация выплачивается в трехкратном размере.

● Вкладчикам 1946 - 1991 годов рождения - в двукратном размере.

Проще говоря, берется сумма, которая была на сберкнижке по состоянию на 20 июня 1991 года, и умножается на два или на три - в зависимости от того, когда родился человек.

Но это еще не всё. Сумма компенсации также зависит от срока хранения вкладов и даты завершения договора. То есть размер вклада умножается еще и на коэффициент: от 0,6 до 1.

Не будем грузить вас сложными формулами, просто уточним: чем больше времени прошло с момента закрытия вклада, тем ниже будет коэффициент. Соответственно, тем меньше денег получит вкладчик. А самый высокий коэффициент - единица - полагается по вкладам, которые не закрыты до сих пор или действовали в 1992 - 2025 годах и были закрыты в период с 1996 по 2025 год.

Елена ОДИНЦОВА

Что подарить педагогам на День учителя, чтобы презент не посчитали взяткой.

Близится День учителя - в России и многих других странах он празднуется 5 октября.

Как же поздравить педагогов и что им лучше подарить? Это вопрос не только вкуса и финансовых возможностей, но и законодательства. Ведь школьным учителям, вузовским преподавателям и прочим работникам образовательных учреждений дарить можно только «обычные подарки, стоимость которых не превышает трех тысяч рублей» (статья 575 Гражданского кодекса РФ). Объясняется это мерами по борьбе с коррупцией.

Мы попросили юристов ответить на главные вопросы.

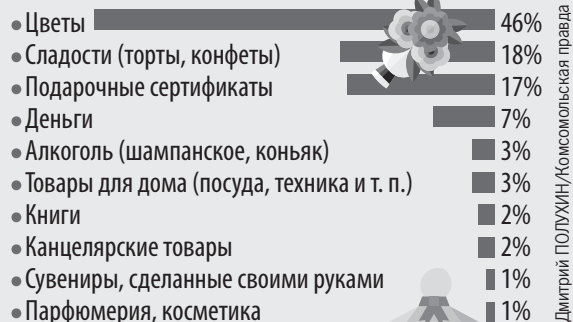
## ЧТО ТАКОЕ «ОБЫЧНЫЙ ПОДАРОК»?

Четкого перечня таких подарков в законодательстве нет. Эксперты рекомендуют исходить из традиций - что в нашем обществе расценивается как обычный «знак внимания» к учителю. Скажем, цветы педагогам у нас дарить общепринято - это не тянет на попытку «подкупа».

- Книги, канцелярские принадлежности, сладости, недорогие сувениры - также безопасный выбор. Точно не будет проблем и с подарками, которые дети сделали своими руками, - говорит адвокат, управляющий партнер Московской коллегии адвокатов «М-Партнерс» Екатерина Беспалова. - А все, что может интерпретироваться как предметы роскоши (например, украшения, часы. - Ред.),

# Бойся студентов, дары приносящих

## ОПРОС «КП» Что вы чаще всего дарите педагогам?



Опрос проведен среди читателей «КП» в соцсетях. Участие приняли 4,2 тысячи человек.

а также алкоголь - не лучший выбор.

## ПРЕЗЕНТ «ОТ КЛАССА» - ТОЖЕ В РАМКАХ ТРЕХ ТЫСЯЧ?

- Закон рассматривает дарение и от одного лица, и от группы лиц - например, от всего класса - как единый акт. То есть общая стоимость «подарка от класса» тоже не должна превышать 3000 рублей, - поясняет Екатерина Беспалова. - Если родители собирают деньги и на эти средства покупается один дорогой подарок (например, планшет), такой подход прямо ведет к нарушению закона.

А вот вручить несколько подарков от разных лиц (скажем, от разных родителей), каждый стоимостью до 3000 рублей, не запрещается. Но во избежание недоразумений юристы рекомендуют дарить их именно по отдельности, а не одновременно - чтобы это не посчитали попыткой обойти закон.

## ПРЕВЫШЕНИЕ «ЛИМИТА» - УЖЕ ВЗЯТКА?

Тут все сложнее. - Подарок безвозмезден, его нельзя дарить

в обмен на какие-то услуги, - рассказывает ведущий юрист Европейской юридической службы Оксана Красовская.

То есть, если каким-то образом будет зафиксировано, что конфеты учителю не просто «знак внимания», а благодарность за незаслуженно хорошие отметки ребенка, проблемы могут возникнуть и у родителя, и у педагога. Но ситуация эта достаточно гипотетическая. Как и то, что «коррупцией» посчитают подарок, который стоит не 3000 рублей, а, скажем, 3100.

- Судебной практики по таким ситуациям

немного, и в основном она связана с реально крупными подарками - когда учителям или врачам передавали в собственность квартиру, земельный участок, автомобиль, - говорит управляющий партнер компании «Фатыхов и партнеры» Тимур Фатыхов.

- Риск возникает, когда стоимость подарка существенно превышает лимит и это может быть расценено как попытка скрытого подкупа, - подтверждает Екатерина Беспалова.

Тем не менее эксперты рекомендуют родителям придерживаться рамок.

- За нарушение ограничений, связанных с получением подарков, учитель может быть привлечен к дисциплинарной ответственности (замечание, выговор, увольнение). Также есть образовательные организации, где руководство школы запретило учителям принимать подарки даже на праздники. Поэтому родителям стоит заранее выяснить, не будет ли подарок нарушением внутреннего распоряжения организации, - рекомендует Оксана Красовская.

## ВОПРОС - РЕБРОМ

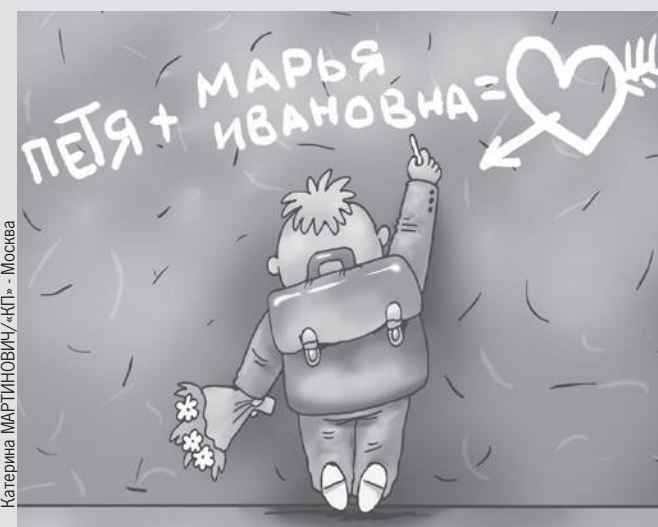
### Что делать учителю, если ему вручают дорогой подарок?

- Лучший способ избежать проблем - вежливо, но твердо отказаться, сославшись на требования законодательства. Можно сказать: «Спасибо за ваше внимание, но я не могу принять этот подарок, так как его стоимость превышает разрешенную законом сумму. Для меня важна ваша благодарность и успехи детей», - подсказывает Екатерина Беспалова.

Есть и альтернативный законный вариант действий - если педагог по каким-то причинам дорогой подарок принял (скажем, не сразу сообразил, какова его стоимость, или не хотел обидеть родителей).

- Учитель должен сообщить об этом руководству и передать подаренное образовательному учреждению, - поясняет Оксана Красовская. - У педагога также есть право выкупить этот подарок за собственные деньги.

## ■ ВОПРОС ДНЯ



Катерина МАТИНОВИЧУ «КП» - Москва

5 октября страна отметит День учителя, и мы спросили:

## Кто ваш любимый учитель?

### Владимир ИВЛЕВ, экс-начальник СИЗО «Кресты»:

- Учитель физики Валерий Палыч, мы его называли «чекист». Если кто-то сделал глупость, он говорил: этим остаться - остальным выйти! Мы были поражены: как он все раскрывал? Но мы знали против него один прием: достаточно предложить ему интересную тему, и он забывал обо всем.

### Олег СИРОТА, сыровар:

- Учитель русского языка и литературы Людмила Николаевна Распутина родилась в спецпоселении, приехала с Дальнего Востока, была сильным человеком. Мы в те годы ее недолюбливали, но сегодня я понимаю, что она дала мне больше всего. Благодаря ей я начал писать «Дневники сыровара» в «Комсомолке» и привозил ей эти газеты. И второй любимый учитель, он как второй отец, - командир поискового отряда «Победа», ветеран Афгана Сергей Николаевич Щербинин. Он нас собрал, и мы подняли останки 7 тысяч бойцов Красной армии. И два кладбища военных построили. Он нас научил Родину любить.

### Елена ЦАРЕВА, сомнолог:

- Это учитель русского языка и литературы Марина Анатольевна Соболева в 51-й школе Кирова. Благодаря ей я всегда писала сочинения сама. А учитель физики Игорь Иванович Раздорский так подавал предмет, что в 9-м классе, решая задачи, мы доходили до институтского уровня.

### Сергей КАЗАРНОВСКИЙ, заслуженный учитель России:

- Это мой отец Зиновий Иосифович. Когда в школе писали сочинение на тему «Что такое счастье», он мне сказал: счастье - это быть нужным. Отец был директором Кабульского домостроительного комбината и помогал афганцам жить лучше.

### Дмитрий КОЗАЧЕНКО, депутат, винодел:

- Это учитель истории Светлана Николаевна Сенина - я до сих пор помню даты всех сражений, и учитель русского языка Татьяна Николаевна Ударцева - благодаря ей я готовлю сам документы в заксобрании. Евгения Ивановна Федорова привила мне любовь к биологии - с чем я сегодня и работаю. А за опыты с химиком Михал Михальчем Серенко меня сегодня, наверное, посадили бы - мы экспериментировали со всеми веществами и взрывали все что можно.

### Евгений ТИШКОВЕЦ, метеоролог:

- Любимая Татьяна Сергеевна, учитель начальных классов, сделала так, что я ходил 4 километра в школу в Белой Березке как на праздник. Классный руководитель Григорий Яковлевич Тимошенко научил не только черчению. А в военном училище в Воронеже выдающийся преподаватель радиолокации Марк Владимирович Билетов стал руководителем сначала моего диплома, а потом моей кандидатской. Он преподавал до 94 лет.

о одноклассники



Давайте дружить на OK.RU/KPRU

## НАУКА

Почему в США погибло 62% пчел и как спасти российских насекомых

## ЗВЕЗДЫ

Киркоров рассказал о своих подростках

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 ВКонтате - самый интересный мы опубликуем в «Комсомолке»



**Киев готовит громкую диверсию в Польше в расчете, что НАТО в ответ ударит по Москве.**

**Александр КОЦ, военкор «КП»**

## «ВЫРУСИ» И ТРОФЕЙНЫЕ «ГЕРАНИ»

Служба внешней разведки (СВР) России раскрыла сценарий очередной провокации, которую готовит Украина. По ее данным, ГУР - Главное управление украинской армейской разведки и СБУ планируют забросить на территорию Польши диверсионную группу из якобы «российских и белорусских спецназовцев». На самом же деле в нее должны войти предатели из запрещенных в России пронацистских организаций «Легиона «Свобода России» и полка имени Калиновского, которые воюют сегодня на стороне ВСУ. Ну как воюют - все больше совершают террористические набеги на наше пограничье. Записывают это на видео и демонстрируют как великую победу.

По данным СВР, поляки должны эту группу показательно выявить и бесприморно нейтрализовать. Чтобы потом задержанные «русские диверсанты» под камерами признались в коварных планах Москвы и Минска дестабилизировать Польшу. Тем самым Киев рассчитывает заручиться еще большей поддержкой Запада и в идеале - напрямую столкнуть лбами Россию и страны НАТО.

Сценарий провокации разработан ГУР Украины совместно с поль-

# Украина гадит Европе, чтоб русских боялись



На прошлой неделе армия Польши с друзьями по НАТО уже отрепетировали отражение «атаки с востока». Огонь и дым стояли до небес. Всем понравилось. Решили повторить?

скими спецслужбами. Не исключается, что срежиссированная операция будет включать в себя имитацию атаки на граждан Польши и ее объекты критической инфраструктуры, дабы усилить информационный эффект.

Ничего не напоминает?

Ну разумеется, не так давно заявление представителя МИД России Марии Захаровой. Ссылаясь на венгерские СМИ, она предупредила о готовящейся провокации Украины «под ложным флагом». Так называют операции, в которых стараются сымитировать причастность нужной стороны. Киев, по информации венгерских журналистов, собирается отремонтировать

перехваченные российские дроны, зарядить их взрывчаткой и направить на крупные транспортные хабы НАТО в Польше и Румынии. Для этого якобы уже заездили отремонтированные во Львове «Герани» на Яворовский полигон.

## БУЧУ СКУШАЛИ? И «АТАКУ НА ПОЛЬШУ» СЪЕДЯТ

Можно от всего этого отмахнуться, как от очередной «пугалки». А можно вспомнить генерал-лейтенанта Кириллова, который много раз предупреждал о готовящихся химических провокациях Запада и был убит украинскими спецслужбами у подъезда своего дома за сорванные планы.

В принципе в озву-

ченном СВР нет ничего фантастического. О «вырусях» - наших согражданах, воюющих за врага, мы давно ничего громкого не слышали - со времен попытки вторжения в Белгородскую область. А свою верность киевскому режиму и борьбе с Россией надо постоянно доказывать. Отличный материал для озвучивания «варварских планов нападения Москвы на Европу».

Что касается «Гераней», то, думаю, Мария Владимировна (а скорее - венгерские журналисты) даже немного усложнили задачу. Со всем необязательно ставить на крыло сбитый российский дрон. Достаточно подложить его части на место провокации. Как, судя по всему, уже было проделано в

Польше. Ведь нам так и не показали ни одного обломка СБИТОГО дрона. Все, что было представлено взволнованной общественности, - беспилотники «обманки» «Гербера» без боевой части и даже видеокamеры. Эти дроны либо спланировали, когда закончилось топливо, либо просто были аккуратно разложены в нужных местах. Сбитые БПЛА выглядят совсем по-другому. А тут некоторые дроны перемотаны скотчем. К тому же в Польше быстро выяснили, что такие дроны на Украине можно легко купить по объявлению.

У Киева в принципе богатый опыт операций под «ложным флагом».

Майдан, когда снайперы стреляли в обе стороны. Малайзий-

ский «Боинг» в 2014 году, когда фронт трещал по швам и Киеву позарез нужна была пауза. И он ее организовал, направив пассажирский лайнер в небо над зоной боевых действий, сбив его и свалив всю вину на Россию. А вспомните 2020 год, когда под чутким присмотром ЦРУ украинцы обманом выманили в Белоруссию «33 богатырей» - бывших ополченцев и едва не отправили их в Киев. Я уж молчу про самые свежие примеры, будь то подрыв «Северных потоков» или провокация в Буче, которую разыграли как по нотам. С привлечением европейских политиков, с пресс-турами для западных журналистов, с эксгумацией под десятки камер...

## ЗАПАД СОШЕЛ С УМА

О чем это все говорит? В первую очередь о том, что Запад исчерпал инструменты для серьезной эскалации, а результата «на земле» нет. Плюс - совершенно очевидно: Киев и Варшава ставят целью втянуть в противостояние Белоруссию на фоне снятия с нее санкций США.

Вот бывший генсек НАТО Столтенберг во вторник «отлил в граните»:

- Миллиард на оборону Украины - это миллиард меньше на европейские здравоохранение и образование.

## ■ НАКАЗАНИЕ

## За попытку отравления летчиков - пожизненный срок

**Евгения ОСТРАЯ («КП» - Краснодар)**

**Самый суровый приговор из возможных вынесен в Краснодаре диверсанту, который пытался отравить выпускников летного училища в Армавире.**

Напомним, 20 октября 2023 года некий курьер (это и был диверсант) принес в ресторан, где проходила встреча выпускников, несколько коробок

с алкоголем (120 бутылок виски и коньяка) и тортом. Якобы подарок от товарища, который приехать не смог.

Но отравитель прокололся. На торте было написано старое название училища, да и сама символика - не та. Хотя, скорее всего, даже если бы не ошибка «курьера», летчики проявили бы бдительность - такое время.

Торт есть не стали, пить алкоголь - тоже. «Курьера» вычислили быстро (как именно, не раскрывается, и правильно, чтобы не давать «подсказок» преступникам). Задержали его уже в Ставрополе.

На руках 34-летнего Егора Семенова\*, уроженца Мелитополя, инженера-самоучки, не так давно получившего гражданство России, был билет в Турцию.

Выяснили, что действовал он по указанию спецслужб Украины, ему присвоили позывной «Агент № 35». Выдали средства на покупку «подарков», снабдили ядом,

**\*Занесен в перечень организаций и физических лиц, в отношении которых имеются сведения об их причастности к экстремистской деятельности или терроризму.**

который был подмешан в торт и алкоголь. За убийство 77 офицеров Семенову пообещали 400 тысяч рублей.

Против Семенова завели уголовное дело за теракт и государственную измену. В апреле 2025 года Южный окружной военный суд приговорил его к 27 годам лишения свободы: первые 5 лет в тюрьме, остальное - в колонии строгого режима. Но это обжаловала прокуратура. И вот 30 сентября стало известно о новом решении, которое вынес апелляционный военный суд: пожизненное заключение.



Диверсия с тортом не удалась, а самого преступника моментально вычислили и задержали.

Пресс-служба УФСБ по Краснодарскому краю

Лейла МИРШОБА

- Значит так, заходим в хату и орем: «Польска бабка! Водка давай! Мы есть русский диверсант!»

- Главное, «Слава Бандере» по привычке не закричать...



Jakub Orzechowski/Agencia Wyborcza.pl/REUTERS

Но самая высокая цена - позволить **Путину** победить. Поэтому надо взять на себя эти траты и заплатить за мир.

Что в этом слышит обычный западный налогоплательщик? Что ему придется спустить деньги в Черную Украинскую Дыру, вместо того, чтобы вылечить зубы, обучить сына... Как в этой ситуации удержать своего гражданина от праведного протеста? С помощью угрозы внешней агрессии. И для этого Запад пойдет на все. В том числе - на изображение

диверсий на своей территории. Если надо, то и с жертвами среди своих мирных бюргеров.

Для этого не надо согласия всей Европы. Достаточно самых «упоротых» - Польши, прибалтов (в Эстонии уже взрывался дрон)...

Европа сегодня буквально выпрашивает большой конфликт. Проблемы в экономике и промышленности можно запросто решить их постановкой на военные рельсы. При этом, сплотив народ перед «русской угрозой», прикрутить демократиче-

ские гаечки и срезать ставшую неподъемной социалку.

Не просто так Мария Захарова говорит, что Старый Свет «никогда в современности не был столь близок к началу третьей мировой войны». Они же в буквальном смысле готовы ее спровоцировать! Через «стены дронов», «Восточные стражи», «Балтийские щиты» и развертывание дивизий бундесвера в Литве. Но, чтобы качественно повысить уровень эскалации, нужен повод повысить ставки.

## ■ ЧТО МОГУТ ГОТОВИТЬ ЕЩЕ

В Киеве после предупреждения СВР «парировали» в духе «сам дурак»: «Россия действительно может испытать прочность польской границы, заслав диверсантов на территорию Польши. Главная цель - проверка реакции НАТО, а также желание испугать Европу, чтобы снизить поддержку Украины».

О чем это? О том, что СВР попала в яблочко. Заметили, например, как Киев старательно вбрасывает версию, что дроны в небо ЕС запускаются с танкеров российского «теневое флота»? Вот вам и одна из целей этих провокаций - побудить Запад к более активным действиям против танкеров с нашей нефтью. Заставить атаковать их на Балтике, что означает прямое столкновение с нашими военными кораблями, которым придется сопровождать торговые суда.

## ■ И ЧТО ДЕЛАТЬ НАМ

«Спокойно жечь танки», как говорил герой фильма «28 панфиловцев». Западная истерика тем громче, чем хуже дела у Украины на фронтах. Информационному наступлению Запада мы можем противопоставить только железобетонные факты и аргументы. И, как это делают Захарова и директор СВР Нарышкин, а

ранее - генерал Кириллов, заблаговременно разоблачать планы диверсий Украины, срывая их.

Пока идет СВО, нам, конечно, совсем не до возни с Европой. Но это не значит, что нам нечем ответить на провокации НАТО. В конце концов, есть ядерная триада. И это, по идее, должно охлаждать

Любой пожар или авария на заводах и электростанциях в Европе, а тем более - объектах ВПК теперь будет рассматриваться исключительно как операции «русских диверсантов».

**Нужен повод для отправки Украине немецких ракет «Таурус» - вот вам взорванный мост через Рейн. Нужен предлог для уничтожения европейской ПВО дронов над Украиной - вот вам «Герань» по больнице в Кракове. Надо подтолкнуть Вашингтон к передаче Киеву «Томагавков» - получите диверсию на американской авиабазе «Рамштайн» в Германии.**

В конечном итоге все старания и надежды команды Зеленского уже сводятся к одному - спровоцировать прямой военный конфликт между Россией и НАТО. Одна Украина уже не вывозит, люди кончаются.

разгоряченных ястребов-временщиков ЕС.

Но, похоже, не охлаждает. Нас будут и впредь пытаться провоцировать, как это сделали зимой 2022-го. Путин тогда сказал, что нас ждет «самое опасное, непредсказуемое и вместе с тем важное десятилетие со времен окончания Второй мировой войны». И был прав.

РАДИО  
КОМСОМОЛЬСКАЯ  
ПРАВДА  
radiokp.ru

«Коц. Аналитика с именем» -  
авторская программа военкора Александра Коца.  
Включайте Радио «КП» по средам в 20.00 (мск).

ИЗДАТЕЛЬСТВО  
КОМСОМОЛЬСКАЯ  
ПРАВДА

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

Честный и «непричесанный» дневник  
военного корреспондента, который был  
на всех фронтах СВО - от Донецка  
до Киевской области, от Луганска до Херсона,  
от Артемовска до Запорожья...



КУПИТЬ  
ЗДЕСЬ



ЧИТАЙТЕ 8 ОКТЯБРЯ В ЕЖЕНЕДЕЛЬНОМ ВЫПУСКЕ «КП»

ПРОДОЛЖЕНИЕ  
ГЛАВНОГО  
РАССЛЕДОВАНИЯ  
ОСЕНИ

КАК ЖИВЕТ  
СЕКТА ВИССАРИОНА  
БЕЗ СВОЕГО ИИСУСА

РЕПОРТАЖ ИЗ ГОРОДА СОЛНЦА

КАК ПРОЦВЕТАЛА СЕКТА ДО АРЕСТА СВОИХ РУКОВОДИТЕЛЕЙ

ПОЧЕМУ ВИССАРИОНОВЦЫ ПРОДОЛЖАЮТ НАВЯЗЫВАТЬ СВОИ ПРАВИЛА

СЛЕДСТВИЕ ВЕДЕТ СКОЙБЕДА



# Повышение зарплат и кнопка отключения мошенников

Какие важные новшества вступили в силу в октябре.

Елена ОДИНЦОВА

## ОСЕННЯЯ ИНДЕКСАЦИЯ

С 1 октября военнослужащим, сотрудникам силовых ведомств, федеральным чиновникам и некоторым категориям бюджетников повысят зарплаты на 7,6%. Вот кто, в частности, получит прибавку.

1 **Все, кто проходит военную службу по контракту или призыву.** Важный момент: вместе с военнослужащими индексация ждет и военных пенсионеров - на те же 7,6%.

2 **Сотрудники Росгвардии и силовых ведомств - МВД, ФСБ и т. п.** Эксперты, приравненных к военным пенсионерам, также ждет прибавка к пенсии в 7,6%.

3 **Гражданские служащие воинских частей и силовых структур.** Это водители, уборщицы, офисный персонал - в общем, все, кто не имеет воинских званий.

4 **Федеральные государственные гражданские служащие.** Это чиновники федеральных министерств и ведомств.

5 **Дипломатические работники, включая тех, кто представляет РФ в международных организациях - ООН, ЮНЕСКО и т. д.**

6 **Федеральные бюджетники.** Тут речь о работниках сферы образования, медицины, культуры, которые трудятся в госорганизациях федерального уровня. То есть в вузах, музеях, медицинских институтах и клиниках и т. п., имеющих именно статус федерального государственного учреждения. Находиться при этом они могут в любой части страны, необязательно в столице. При этом индексация не коснется региональных и муниципальных бюджетников - это учителя, врачи и сотрудники поликлиник в большинстве регионов, работники местных администраций. Им зарплаты повышают по своим правилам и графикам, и решение об индексации принимают власти регионов и муниципалитетов отдельно.

## НОВЫЙ УДАР ПО АФЕРИСТАМ

С началом октября крупнейшие банки, имеющие статус системно значимых кредитных организаций (см. «Кстати»), обязаны добавить в свои мобильные приложения специальную кнопку. Клиент сможет воспользоваться ей, если поймет, что стал жертвой мошенников. Скажем, обнаружил, что кто-то перевел деньги со счета без его ведома. Или перевод клиент сделал сам, но потом сообразил, что его развели. Это позволит жертвам максимально оперативно заявлять о подобных ЧП.

Нажав «спецкнопку», можно будет сразу сообщить банку о том, что вас обобрали. Здесь же можно написать заявление о мошенничестве. В нем нужно указать банк, ФИО и данные клиента, данные об операции (номер счета и карты), сведения о получателе (номер счета или карты, куда переведены деньги), сумму операции, дату и время.

После этого банк выдаст электронную справку для обращения в правоохранительные органы. Затем нужно

## КСТАТИ

### Системно значимые банки

Альфа-Банк, ВТБ, Газпромбанк, Московский кредитный банк, «Открытие», Промсвязьбанк, Райффайзенбанк, Росбанк, Россельхозбанк, Сбербанк, Совкомбанк, Т-Банк, «ЮниКредит».

## ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

### Автолюбителям облегчили тюнинг

Николай МЫСИН

Решили установить в своем авто газовый баллон, чтобы сэкономить на бензине? Или установить фаркоп (оборудование для сцепления с прицепом)? Сделать это можно, но сейчас любые изменения в конструкции авто требуют долгих согласований. Иначе - штраф. Процедура растянута на множество этапов, требуется несколько визитов в ГАИ и оплата минимум двух госпошлин (на 3000 и 4500 рублей). Чтобы упростить процесс, на днях на «Госуслугах» запустили новый онлайн-сервис, позволяющий подать заявку на внесение изменений в конструкцию через личный кабинет на портале.

- Решение, можно сказать, фундаментальное! - признает вице-президент Национального автомобильного союза Антон Шапарин. - Через «Госуслуги» процесс пойдет значительно быстрее, и получить нужные справки-отметки станет проще.

это заявление отнести в полицию. Без этого никак. Любое преступление должно быть зафиксировано.

## КРЕДИТНЫЕ КАНИКУЛЫ ДЛЯ САМОЗАНЯТЫХ

Самозанятые россияне, а также предприятия малого и среднего бизнеса теперь смогут воспользоваться кредитными каникулами. Их разрешено оформлять один раз в пять лет на срок до шести месяцев по каждому из кредитов, включая льготные и выданные по программам поддержки малого и среднего бизнеса.

Доказывать, что у предприятия или самозанятого упала выручка и платить стало невозможно, не надо. Но есть ограничения по размеру кредита:

- 10 млн рублей - для самозанятых;
- 60 млн - для микропредприятий;
- 400 млн - для малых предприятий;
- 1 млрд - для средних предприятий.

Также кредит должен быть выдан не ранее 1 марта 2024 года и по нему не должно уже быть просрочки более 30 дней.

Во время каникул платежи приостанавливаются, штрафы и пени начисляться не будут. Но будут по-прежнему капать проценты, то есть сумма долга за время каникул вырастет. Смысл же в том, что мелкий предприниматель может при необходимости расплатиться по другим долгам или направить деньги на развитие бизнеса, не набирая еще и новых кредитов.

Важный момент: речь о кредитах, которые самозанятые или предприниматели взяли именно на свое дело, а не на личные нужды. Если самозанятый как физическое лицо, скажем, влез в ипотеку, то каникулы по ней тоже можно оформить, но по другим правилам: надо доказать, что у тебя тяжелая жизненная ситуация (потерял работу, доход упал более чем на треть и т. п.).

## БЕЗОТЗЫВНЫМ ВКЛАДАМ - ПОВЫШЕННАЯ СТРАХОВКА

Начинает действовать закон, по которому безотзывные вклады, открытые на срок более трех лет, будут застрахованы на повышенную сумму - до 2,8 млн рублей (вместо обычных 1,4 млн). Если с банком что-то случится - обанкротится, лишится лицензии, - деньги в пределах этой суммы клиенту вернет Агентство по страхованию вкладов.

Безотзывный вклад - это особый вид долгосрочного депозита. Как правило, банки по таким вкладам дают повышенный процент. Внесение денег на такой депозит подтверждается сберегательным сертификатом. Снять деньги до окончания срока вклада нельзя даже с потерей процентов (потому он и безотзывный). Но если вдруг возникнет необходимость, можно продать сберегательный сертификат другому человеку - по той цене, о которой договоритесь. И права

Самозанятые россияне теперь смогут брать кредитные каникулы. Но только если речь идет о займах, которые они взяли на развитие своего дела.

## ВАЖНО Что еще изменится

✓ Заключить договор с негосударственным пенсионным фондом для участия в программе долгосрочных сбережений теперь можно через портал «Госуслуги». Но нужна электронная подпись - ее можно оформить через приложение «Госключ».

✓ Маркировка станет обязательной для некоторых стройматериалов - например, цемента, гипса, ряда строительных смесей и растворов в упаковке. То есть на производстве на такие товары будут наносить квадратик с цифровым кодом, который мы видим сейчас на молочных продуктах, пиве, бутылированной воде и т. д. Предполагается, что это позволит сократить количество подделок. Также обязательной становится маркировка спортивного питания.

Проверить подлинность таких товаров любой из россиян может сам: надо установить на смартфон приложение «Честный знак», и можно самостоятельно сканировать цифровые коды на упаковках.

✓ С 22 октября право выдавать ипотеку получат региональные микрофинансовые организации. Важный нюанс: речь идет об МФО, которые находятся в собственности регионов. То есть по сути являются государственными организациями. И выдавать они будут только льготные кредиты в рамках государственных программ - семейную, дальневосточную, арктическую или IT-ипотеку. Детали будут известны ближе к концу месяца.

на вклад перейдут покупателю сертификата.

Пока это новый инструмент, но некоторые банки уже активно предлагают безотзывные вклады.

**7** полезных советов, которые помогут мозгу проснуться и начать хороший день.

Окончание.  
Начало < стр. 1.

Вы лишаете его самого мощного окна возможностей за весь день, ведь именно утром максимально повышена нейропластичность, - говорит Сузуки. - Также после сна повышен уровень дофамина, что естественным образом повышает уровень мотивации, креативности и радости в конце концов.

У читающего это спозаранку редактора зародился бурный внутренний протест. Но креативности хватило только приподнять в изумлении одну бровь...

Между тем профессор Сузуки говорила уверенно и обещала счастливое завтра. **Проведите хотя бы неделю, чтобы первые 20 минут после пробуждения не тянуться за телефоном, лучше сделайте упражнения на растяжку.** А потом запишите ручкой на бумажке (в ежедневнике, на меловой доске) три вещи, которые вам важно сделать именно сегодня. И неторопливо съешьте завтрак. После этого можно и за телефон. Нейробиолог обещает, что вы сразу увидите положительные изменения в работе своего мозга.

Согласна с таким утренним распорядком и наш постоянный эксперт, врач-эндокринолог, д. м. н. Зухра Павлова, автор книги «Обман веществ». И дополняет советы, которые помогут эффективно разбудить мозг с утра.



Зухра Павлова.

### 1 Выпейте стакан теплой воды

Да, прямо с утра, еще толком не открывая глаз, неторопливыми глотками. «Лично я всегда с вечера ставлю термос с водой рядом с кроватью, чтобы начать утро правильно. Вода запускает обмен веществ, эффективно пробуждая весь организм, мозг в том числе», - отмечает доктор Павлова.

### 2 Не включайте новости! Можно музыку

Дайте себе возможность услышать свои мысли, настроиться на рабочий день. Бормочущий телевизор лишь заменит телефон, нагружая мозг ненужной пока информацией. Если не можете обойтись без звукового фона, пусть это будет любимая музыка, под которую можно немного потанцевать, пока готовите завтрак.

### 3 10-минутная зарядка

Лучше, конечно, потратить на зарядку минут 20, но все зависит

от того, во сколько вы встали.

### 4 Умойтесь прохладной водой

Именно прохладной, не ледяной - это поможет взбодриться, но мягко. В идеале (опять же если есть время) - принять душ, струи воды создадут эффект мягкого пробуждающего массажа.

### 5 Завтрак - тоже без гаджетов! И без кофе

Завтрак дает организму сигнал: пора просыпаться и работать слаженно, - говорит доктор Павлова. - А регулярное опоздание с приемом пищи может быть сигналом депрессии, сниженной подвижности или проблем со сном. Это показало исследование, охватившее данные более чем за 20 лет: чем позже люди завтракают, тем сильнее повышается у них риск смерти.

Что делать, если режим уже сбит? Начать постепенно приучаться к тому, чтобы завтрак был не позднее чем через час после подъема, в идеале - через 30 - 40 минут.

✓ Начиная день с чего-то вкусного и полезного: йогурт, каши, яйца, творог (фрукты и орехи - на десерт после завтрака), но при этом соблюдайте баланс белков, жиров и углеводов.

✓ Дайте телу и мозгу шанс проснуться раньше, чем его разбудит кофеин! Первая чашка кофе должна идти через час после завтрака (или даже позже).

На самом деле готовить тело и мозг к бодрому подъему нужно

еще с вечера, уверена доктор Павлова:

- На первом месте по влиянию на психологическое благополучие - качество сна. Утро после хорошего сна - главный пункт для создания равномерно хорошего настроения, которое будет с вами целый день.

И это подтверждает очередное исследование. Ученые, кстати, предлагают компенсировать нехватку сна, если уж так получи-

лось, дополнительной порцией овощей и фруктов, а не сладостями в течение дня.

Еще два важных совета относятся именно к вечернему времени.

### 6 Ложиться не позднее 23 часов

- Именно с 23 до 2 часов ночи происходит активная выработка гормона мелатонина, важного для обмена веществ. Я рекомендую

ложиться не позднее 23.00 и спать от 7 до 9 часов в сутки. По выходным, если уж очень хочется, можно поваляться подольше, но на пару часов, не больше. Иначе рискуете столкнуться с джетлагом - банальным синдромом смены часовых поясов. В этом мало приятного, - напоминает эксперт.

### 7 Откладывайте телефон как минимум за час до сна

- Перед сном не должно ничего раздражать - ни плохие новости, ни обильный ужин. Поэтому ужинать нужно не позднее чем за три часа до сна, а лучше до 19 часов вечера, поскольку вечером процессы пищеварения замедляются. А отложить гаджеты и выключить телевизор необходимо как минимум за час до сна. Лучше расслабиться в теплой ванне или почитать книгу, - считает доктор Павлова.

Анна КУКАРЦЕВА.

## ■ АКТУАЛЬНО

# Ловушка онлайн: Как ее распознать и обойти стороной

Новые меры защиты от цифрового мошенничества - рассказываем, как они работают и чем могут быть полезны каждому.

Почти каждый сегодня сталкивался с подозрительными звонками или странными сообщениями - якобы от банка, МВД или знакомых. Кто-то получал ссылку «проголосовать за дочку», кто-то - «уведомление о доставке цветов». Такие схемы знакомы многим, но это не повод паниковать. Главное - знать, как реагировать, и понимать: вы не один на один с проблемой.

Кибермошенники становятся все изобретательнее, но и меры противодействия развиваются. Государство, банки, операторы связи работают вместе, чтобы выявлять и блокировать угрозы и защищать данные.

Благодаря этим мерам пользоваться телефоном и интернетом спокойнее и безопаснее. Система работает, чтобы защитить вас от киберпреступников - в том числе благодаря цифровым решениям, которые развиваются при поддержке нацпроекта «Экономика данных».

НАЦИОНАЛЬНЫЕ  
ПРОЕКТЫ  
РОССИИ

Вот какие решения уже внедрены:

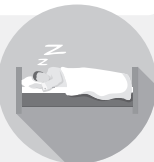
- **Маркировка звонка.** Теперь при звонке отображается, что за организация звонит. Это помогает отличить реальный звонок от мошеннического.
- **Самозапреты.** Через «Госуслуги» можно заранее запретить оформление сим-карт и кредитов на свое имя. Это защитит даже в случае утечки данных.
- **СМС с кодом от «Госуслуг» - только после завершения телефонного разговора.** Это снижает риск передачи данных мошенникам, так как аферисты не смогут удерживать внимание человека в ходе звонка и вынудить назвать код.
- **Выбор «доверенного лица» для подтверждения банковских операций (кредит, выдача большой суммы наличными).** Это помогает защитить в первую очередь старшее поколение, которое часто оказывается под прицелом мошенников.



НЕ ЗАВОДИТЕ  
ПЯТЬ  
БУДИЛЬНИКОВ

Еще одно исследование, опубликованное в авторитетном научном журнале Nature, отмечает, что куча будильников через 5 минуточек, то есть прерывистые пробуждения, могут нарушать ключевые фазы сна. А значит, негативно влиять на когнитивные функции и даже менять сердечный ритм.

- Финальные часы сна - самые важные для восстановления, обработки эмоций и памяти. Повторяющиеся сигналы будильника разрывают эти фазы, не позволяя мозгу «дозавершить» сон.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



Как результат - утренняя вялость, раздражительность, снижение концентрации, - объясняет доктор Павлова.

# Пацаны на перроне, снова осень, погоны...

Что нужно знать о стартовавшем в России рекордном по числу новобранцев призыве-2025.

## 10 советов бывалого новобранцу

ляет). В армии шиковать не принято, месячное денежное довольствие срочника - 2000 рублей. Если же рос без попечения родителей, то в 5 раз больше - до 10 000 рублей в месяц.

Призывнику разрешается брать мобильник, но только кнопочный (без видеокамеры). Но и его придется сдать в Комнату хранения личных вещей, а пользоваться - в строго отведенное командиром время. Категорически запрещается рассказывать по телефону бабе Маше и тетке Варе о боевой технике части и месте ее дислокации. Иначе мобильник отберут надолго. И впаяют наряд вне очереди.

### СОВЕТ № 4. «КОСИТЬ» СЕБЕ ДОРОЖЕ

Среди призывников есть и ушлые, пытающиеся по-разному уклониться от службы. Например, сменить место жительства, не сообщив об этом в военкомат. Теперь такое не проходит. По новому закону, если призывник более 3 месяцев не сообщает о смене адреса, его ждут неприятности. Сначала административный штраф от 10 до 20 тысяч рублей, затем уголовное дело.

Контроль за призывниками упорядочен - появился учет в «Госуслугах», а повестки рассылаются не только в бумажном, но и в электронном виде.

При этом печатные повестки сохраняют силу и используются параллельно.

Вводится Единый реестр военнообязанных - со всеми

данными о направляемых и полученных повестках, явке и неявке в военкомат. Реестр позволяет призывным комиссиям видеть отсрочки и предоставлять их без личной явки призывников. А вот злостных уклонистов ждут внушительные штрафы. За неявку в военкомат без уважительной причины - 30 тысяч рублей. За игнорирование повестки в течение 20 дней - запрет на выезд за границу, на оформление кредитов и сделок с недвижимостью, блокировка водительских прав.

### СОВЕТ № 5. КАК ПОЛУЧИТЬ ОТПУСК

Как и в прежние годы, срок службы по призыву - 12 месяцев (1 год). И увеличивать его пока не планируется. Если девушка тебя любит, то через 365 дней дождется. Это лучшая проверка ее чувств.

А если солдат служит без дисциплинарных взысканий, он имеет право еще и приехать в отпуск на 10 суток.

### СОВЕТ № 6. КТО МОЖЕТ РАССЧИТЫВАТЬ НА ОТСРОЧКУ

Это граждане, которые:

- ◆ учатся в вузе по программам бакалавриата, специалитета и магистратуры;
- ◆ работают в IT-компаниях из государственного перечня и временно подали заявления;
- ◆ имеют двоих и более детей;
- ◆ являются единственными кормильцами в семье;
- ◆ имеют инвалидность.

### СОВЕТ № 7. ЕСЛИ ХОЧЕШЬ ПРОЙТИ АЛЬТЕРНАТИВНУЮ ГРАЖДАНСКУЮ СЛУЖБУ

На нее могут претендовать призывники, убеждения или вероисповедание которых противоречит военной службе. Но получить такое право можно после обстоятельного собеседования на призывной комиссии (в состав которой могут входить и священники). Проходить «альтернативку» могут и представители малочисленных коренных народов, ведущих традиционный образ жизни. В России 47 малых коренных народов. Например, абазы, чукчи, ижорцы, ненцы, чулымцы и так далее.

Но срок альтернативной службы длиннее, чем в военных частях: 21 месяц в госучреждениях и 18 месяцев - в организациях Вооруженных сил.

Перечень профессий для

альтернативщиков огромный (более тысячи видов): швея, садовод, почтальон, обувщик, рыбовод, охотник-промысловик, машинист по стирке и уборке спецодежды, рабочий на лесозаготовках, буфетчик, гардеробщик, посудомойщик, парикмахер, свиновод и даже... рабочий по уходу за животными в цирке. Будешь за слонами и тиграми убирать. Может, и сам циркачом станешь...

### СОВЕТ № 8. НЕ СЛУШАЙ ПРОВОКАТОРОВ!

Наверное, уже слышали сплетню - якобы призывников отправляют в зону СВО?

Не верьте! Как официально заявил Генштаб, все призывники этой осени будут нести службу исключительно на территории России и не в зоне СВО. Участие срочников в спецоперации исключено. Это одно из самых принципиальных заявлений, чтобы развеять слухи и опасения семей.

### СОВЕТ № 9. ЕСЛИ НЕ ЭТОЙ ОСЕНЬЮ, ТО КОГДА?

Всякое может быть: ты после призывной комиссии приболел и надо лечиться, кто-то умер в семье или, наоборот, случилось счастье, у тебя родился ребенок, а жене некому помочь. В таких условиях твой призыв могут отложить до весны. Ибо по новым правилам решение о призыве действительно в течение года.

Есть и еще одно новшество: если тебе дали отсрочку, то торчать в военкоматовской очереди за справкой не придется - она может теперь оформляться дистанционно. При наличии всех данных в реестре не требуется личная явка в военкомат.

### СОВЕТ № 10. КУДА ЗВОНИТЬ?

Наверняка у тебя и твоих родителей будут и другие вопросы. Для этого открывается горячая линия для призывников. Она заработает с 13 октября. На официальном сайте Минобороны в разделе «Военкоматы» размещены номера телефонов военкоматов, по которым граждане могут обратиться по вопросам призыва. И специалисты Главного организационно-мобилизационного управления Генштаба дадут разъяснения.

РАДИО  
КОМСОМОЛЬСКАЯ  
ПРАВДА  
radiokp.ru

Нет вопроса, на который не знал бы ответ  
Виктор Баранец.  
Каждый день на Радио «КП».

Президент России подписал указ об очередном призыве граждан на военную службу. Осенняя призывная кампания, как и полагается, начнется 1 октября, а закончится 31 декабря. Призывать будут мужчин в возрасте от 18 до 30 лет (раньше было до 27). Каждый раз, когда издаётся такой документ, новобранцы и их родители засыпают Минобороны, Генштаб кучей вопросов. От простеньких житейских до заковыристых. Поступают они и в «Комсомолку». Мы отобрали самые частые и поручили ответить на них военному обозревателю «КП», полковнику Виктору БАРАНЦУ.

### СОВЕТ № 1. КАКОЙ ХАРЧ С СОБОЙ БРАТЬ?

Прежде всего не скоропортящийся. Это может быть пара палок копченой колбасы или 2 - 3 банки тушенки (железные, не стеклянные и не просроченные!). Ну и 2 - 3 бутылки воды (тоже не стеклянные, лучше пластиковые). Еду надо брать с расчетом на 2 - 3 дня. За это время новобранца должны доставить в учебную часть, а там уже трехразовая кормежка. Если же дорога к части дальняя, поездом, на недельку, будут кормить в вагоне-ресторане. Конечно, не стойками в кокосовом кларе, а по-армейски просто: картошка с куском рыбы или говядины, суп или борщ, чай или компот. А еще наверняка в меню будет «легендарный» бигус (вареная капуста с мясом). И не жалуйся мамке-папке, что тебя утром и вечером кормят «гречкой с запахом тушенки». Привыкай. Теперь ты в армии. Но в части может ждать и шведский стол из 2, а то и из 3 блюд.

### СОВЕТ № 2. КАК ОДЕВАТЬСЯ?

Одевайся в «бэушную», но теплую куртку (уже наступают холода), напяливай плотную спортивную шапку, теплые носки. В войсках тебя облачат в другой прикид - зимнюю форму одежды. В ней несколько слоев (майка, нательная рубашка, свитер, жилет), из-за чего в войсках их называют «капустой». Зато тепло.

### СОВЕТ № 3. КАКИЕ ДОКУМЕНТЫ И ВЕЩИ НУЖНО ИМЕТЬ?

Конечно, паспорт, а также (если они есть) удостоверения: об окончании курсов ДОСААФ или оператора беспилотников, о присвоении спортивного разряда. А если везешь лекарства, рекомендованные врачом, не забудь и рецепт (мало чего может подумать старшина...). Желательно взять с собой десяток конвертов с марками, бумагу и шариковую ручку. А еще и тысячи пять рублей (если бюджет семьи позво-

## В строй встают «дети маткапитала»

Сколько призывников поставят в строй этой осенью? И как эти данные выглядят в сравнении с минувшими призывами за время СВО?

Этой осенью призовут 135 тысяч человек.

А динамика призыва за последние годы выглядит так:

| Год  | Весенний призыв (тыс. чел.) | Осенний призыв (тыс. чел.) |
|------|-----------------------------|----------------------------|
| 2022 | 134,5                       | 120                        |
| 2023 | 147                         | 130                        |
| 2024 | 150                         | 133                        |
| 2025 | 160                         | 135                        |

Как видим, нынешний призыв своего рода рекордный. Почему? Во-первых, потому что с декабря 2024 года штатная численность Вооруженных сил РФ должна постепенно возрасти до 1,5 млн военнослужащих. А во-вторых, как раз сейчас в совершеннолетие начинает вступать более многочисленное поколение «детей маткапитала», увеличившееся после введения в России денежных выплат за рождение ребенка. В итоге 18-летних пацанов в стране сегодня заметно больше, чем еще пару-тройку лет назад.

Вера БЕРЕЗОВСКАЯ

В Алтайском крае сохраняется дефицит врачей, но ситуацию удается стабилизировать. Об этом заявил на пресс-конференции, посвященной кадровой политике в медицине, министр здравоохранения региона Дмитрий Попов.

### СИТУАЦИЯ СТАБИЛИЗИРОВАЛАСЬ

На сегодняшний день, без учета кадров в частных клиниках, в Алтайском крае насчитывается 7888 врачей, 19 547 средних медицинских работников и еще около 2000 младших медработников, то есть санитаров.

По словам Дмитрия Попова, за счет введенных мер поддержки ситуацию с дефицитом кадров удалось стабилизировать. По данным на начало 2025 года, по врачам за год прирост составил 138 человек.

По медицинским работникам среднего звена - минус 72 человека.

- При том что ранее, в ковидные годы, были периоды, когда мы говорили о потерях средних медицинских работников до тысячи человек. Таким образом, уровень укомплектованности стабилизировался, - отметил Попов. - Хотелось бы сразу сказать, что это не значит, что у нас благополучная ситуация в каждой медицинской организации. Где-то у нас может быть профицит в медицинских работниках, а где-то дефицит.

В целом на сегодня краю не хватает около 900 врачей и 1300 медработников среднего звена.

### КТО ОСОБО ВОСТРЕБОВАН

Острее всего в крае ситуация обстоит с дефицитом терапевтов (не хватает 240 специали-

# Дефицит терапевтов и избыток стоматологов

Каких врачей не хватает в Алтайском крае



Олег УКОЯДОВ

### ДЕНЕЖКИ

По данным краевого Минздрава, на 1 сентября текущего года средняя зарплата врачей в Алтайском крае составила чуть более 94,1 тыс. рублей, среднего медперсонала - 49,5 тыс. рублей. В министерстве подчеркнули, что данные приведены без учета федеральных доплат.

Чаще всего медики уезжают в Москву, Санкт-Петербург, на Камчатку и Чукотку.

стов) и педиатров (требуется порядка 84 человек). Параллельно с этим не хватает и участковых медсестер. Недостаточно анестезиологов-реаниматологов, а также фельдшеров скорой.

При этом есть и профицит по некоторым специальностям, особенно среди стоматологов (на 100 специалистов больше, чем требуется), гинекологов (33), хирургов (32), травматологов-ортопедов (66). Однако Дмитрий Попов отметил, что эти цифры не в полной мере отражают действительность, потому что Алтайский край нетипичен по отношению числа муниципалитетов к числен-

ности населения. И показатели укомплектованности в целом по региону не равны реальной ситуации в отдельно взятой районной больнице.

- Среднекраевой показатель хороший, а когда мы спускаемся до уровня отдельно взятой центральной районной больницы, женской консультации или роддома, например, там у нас возникают дефициты, - отметил глава краевого Минздрава.

Также важно учитывать, что немалая часть медиков - люди пенсионного возраста. В среднем звене 27% таких работников, среди врачей - почти 20%. Если бы они не работали на пенсии, ситуация была бы еще острее.

### КСТАТИ

Для решения проблемы дефицита кадров в крае и привлечения специалистов были введены дополнительные выплаты. С 2022 года молодые участковые терапевты и педиатры получают ежемесячно 9000 рублей, а фельдшеры - 6000 рублей в течение трех лет. Специалисты межрайонных центров получают ежемесячно 10 000 рублей.

### ■ А В ЭТО ВРЕМЯ

## Куда «утекают» кадры



Министр здравоохранения региона Дмитрий Попов.

За прошлый год переехали из Алтайского края в другой регион РФ, но остались в медицине 270 человек (включая врачей и работников среднего звена). Чаще всего медики уезжают в Москву, Московскую область, Санкт-Петербург, а также популярны северные вахты на Камчатку и Чукотку, а также в Ханты-Мансийский автономный округ и Тюменскую область.

Основная причина - заработная плата. Например, на Севере медики могут получать как минимум в два раза больше, чем в Алтайском крае.

- Но заработная плата - это лишь один из факторов, - отметил Дмитрий Попов. - Мы понимаем, например, что при переезде на северные территории предоставляется иной социальный пакет, плюс из-за большой нехватки кадров предусмотрено трудоустройство члена семьи вне зависимости от того, какая у него специальность. Медик привозит, например, мужа-слесаря или шофера, и он автоматически трудоустраивается. Также предусмотрены бонусы в виде предоставления служебного жилья.

При этом, как отметил глава алтайского Минздрава, через определенный период времени уехавшие в отдаленные регионы врачи возвращаются с вахты обратно. Также, по официальным данным, семь медиков покинули страну.

Министр подчеркнул, что переезд - далеко не самая частая причина увольнений медиков в Алтайском крае. По статистике, в 46% случаев сотрудник остается в системе государственной медицины внутри региона, когда, например, увольняется из ЦРБ и устраивается в поликлинику в Барнауле. За прошлый год работу внутри региона сменили 2 тысячи медиков.

Также за большим заработком медики часто трудоустраиваются в частные клиники, оставаясь при этом в Алтайском крае. За прошлый год таких было 396 человек.

Среди других причин увольнений: выход на пенсию - 365 медиков, инвалидность - 12, уход из профессии - 279 случаев.

Примеры переезда в Алтайский край из других регионов и даже стран тоже есть. В прошлом году в регион прибыли 50 врачей и 65 представителей среднего медицинского персонала из других субъектов России. Помимо этого, 70 специалистов вернулись в профессию после перерыва.

Также 16 врачей и 34 сотрудника среднего звена из-за рубежа нашли работу в медицинских учреждениях края. В основном это выходцы из ближнего зарубежья - из Казахстана, Узбекистана и Таджикистана.

Напомним, что, по данным на начало 2025 года, по врачам за год прирост составил 138 человек. По медицинским работникам среднего звена - минус 72 человека.

### ■ ПОДРОБНОСТИ

Анна СЕМИНА

### Спектакль с Панкратовым-Черным в Барнауле оказался под вопросом.

На днях в СМИ появилась информация об экстренной госпитализации известного уроженца Алтайского края, народного ар-



Олег УКОЯДОВ

## «Возможна замена»

тиста Российской Федерации Александра Панкратова-Черного. Он должен был выступить на сцене Курганской филармонии, но вместо этого 76-летний артист попал в больницу.

По данным из открытых источников, минувшим летом во время обследования у народного артиста якобы нашли рак, и он уже дал метастазы. Несмотря на не самое лучшее состояние, Александр Васильевич продолжил гастролировать, пусть и с переменным успехом. Уже несколько раз организаторам приходилось подыскивать ему замену или переносить постановки на более поздний срок.

Вот и в Барнауле 14 октября должен состояться спектакль «Не стреляйте в экстрасенса». В главных ролях Татьяна Кравченко, Светлана Антонова, Евгений

Папунашвили и всеми любимый земляк Александр Панкратов-Черный. Однако, как «Комсомолке» рассказали организаторы, пока спектакль под вопросом: «С ним пока ничего не понятно. Скорее всего, будет замена актера или перенос спектакля. Пока решается».

Сам же артист старается не нагнетать обстановку вокруг своей персоны. На личной странице в соцсетях он успокоил поклонников и записал для них видео.

«Дорогие мои зрители, очень вас прошу: не обращайте внимания на все сообщения интернета о моей персоне. Все это чепуха! Бред полный!» - подчеркнул Панкратов-Черный.

Напомним, уже на протяжении долгого времени артист страдает хроническим бронхитом. В этом году из-за своего тя-

желого состояния он впервые не приехал на Алтай на фестиваль памяти Михаила Евдокимова «Земляки», хотя всегда был на нем почетным и долгожданным гостем.

### ИЗ ДОСЬЕ «КП»

Александр Панкратов-Черный родился в селе Конево Панкрушихинского района Алтайского края. Однако на малой родине не задержался, так как с детства мечтал стать клоуном. После восьмого класса школы он уехал в Горький (ныне Нижний Новгород) и поступил в Горьковское театральное училище, а в 1976 году окончил режиссерский факультет ВГИКа. Так получилось, что в институте на одном курсе оказалось сразу два Александра Панкратова, поэтому наш земляк решил добавить «Черный» якобы из-за цвета волос, доставшегося от предков-казаков.

# «Убийце по вторникам», которого не могли поймать больше 20 лет, вынесли приговор

Анна ПЕРЕВОЩИКОВА  
(«КП» - Барнаул)

**Первое нападение**  
Виталий Манишин совершил в 1989 году, а был пойман только в 2023-м...  
На его счету 11 жертв, семь из них - юные девочки.

## «ПОЛИТЕХОВСКИЙ МАНЬЯК»

...О том, что в городе появился маньяк, в Барнауле впервые заговорили летом 2000 года. Как позднее вспоминали студенты, в разгар приемной кампании возле главного корпуса Алтайского государственного технического университета ходил странный мужчина: заговаривал с девушками, предлагал решить вопросы с поступлением. Когда удивленные девочки спрашивали, кто он такой, представлялся не то ректором, не то деканом или просто говорил, что у него есть «свой» человек, связанный с руководством вуза.

29 июня к дверям приемной комиссии АлтГТУ подъехал автомобиль. Из машины вышла 16-летняя худенькая блондинка - это была Юлия Тихтиева.

- Папа довез ее прямо до двери, высадил, она пошла подавать документы и не вернулась. Вечером стали искать по подружкам. У отца было много знакомых, полгорода подняли, но тщетно. Потом начали пропадать другие девушки, именно абитуриентки - раз в неделю, и всегда по вторникам, - рассказывал «Комсомолке» один из родственников Юли.

Второй была Лилиана Вознюк. 16-летняя девочка приехала из Туркмении вместе с мамой. Известно, что в день, когда Лилиа пропала, она собиралась на консультацию перед экзаменом. При этом с первой пропавшей у Лили не было никакого внешнего сходства - маньяк явно выбирал жертв случайно.

1 августа пропала третья абитуриентка - Ольга Шмакова. А затем, с разницей в неделю, бесследно исчезли еще две девушки - Анжела Бурдакова и Ксения Киргизова. Всех объединяло одно - поступление в вуз.

Ни городские власти, ни милиция не торопились признавать, что в городе орудует серийный убийца. И пока родители обивали пороги силовых структур, бегали по городу, расклеивая ориентировки, преступник заметал следы.

СУ СК по Алтайскому краю



Юля Тихтиева.  
16 лет.



Лилиана Вознюк.  
16 лет.



Ольга Шмакова.  
17 лет.



Анжела Бурдакова.  
17 лет.



Ксения Киргизова.  
17 лет.



Манишин обещал девушкам помощь при поступлении в вуз.

## ПЕРВЫЙ ПОДОЗРЕВАЕМЫЙ

В 2000 году была создана специальная оперативная группа по делу абитуриенток. Во время брифингов представители МВД и Следкома отмечали, что оперативникам приходилось работать в условиях жесточайшего давления. «Сверху» их постоянно просили ускориться, работать больше, усерднее и докопаться до правды в кратчайшие сроки. При этом родные пропавших и общественность обвиняли следователей в бездействии...

После разговора со студентами был составлен фоторобот. А предполагаемого маньяка ловили на живца - молодые сотрудники уголовного розыска под видом абитуриенток терялись в толпе поступающих в политех. Параллельно следователи наткнулись на другие инциденты, связанные с вузом, - всего за период расследования было раскрыто 36 преступлений.

В милицию шел поток звонков: абоненты, чаще всего анонимные, называли десятки фамилий, которые оперативникам следовало бы отработать по этому делу. Тогда же, в 2000-х, неизвестный абонент назвал и фамилию Манишина, но с убийствами его так и не связали. А следователи зацепились за совсем другого подозреваемого - торговца Александра Анисимова. В нем одна из студенток узнала мужчину, предлагавшего свои услуги у стен технического вуза.

Сначала Анисимов не признавал свою вину, заявлял об алиби, но спустя три дня все же подписал явку

с повинной. Во время следственного эксперимента мужчина покончил с собой...

## НОВЫЙ ВИТОК

Спустя годы с погибшего Анисимова сняли все обвинения. Но если не он, то кто?

В 2007 году снова подняли дело о «политехническом маньяке». Новым следователям приходилось начинать все с нуля - заново опрашивать свидетелей, проверять всех подозреваемых и детально изучать старое дело. А в нем постоянно повторялась одна фамилия - Манишин.

В 1989 году Манишин был свидетелем по нераскрытому делу об убийстве 17-летней девушки в селе Зеленая Дубрава (Родинский район), где он родился и вырос.

Но только к 2019 году он перешел в статус подозреваемого (в 2000-м он был ветеринаром в районе, затем возглавил сельсовет в Шадрине и несколько лет, вплоть до 2023 года, работал замглавой в администрации Калманского района, курировал вопросы ЖКХ).

- Все понимали, что пять эпизодов (речь об абитуриентках) - это не вся серия. Начали искать совпадения с другими делами, - рассказал заместитель руководителя отдела криминалистики СУ СК по Алтайскому краю Роман Шаповал. - Вещдоки сохранились, но дела, к сожалению, возбуждались через определенный период времени после совершения преступлений. И трупы были найдены гораздо позже, что усложнило проведение экспертиз.

К 2023 году следствие собрало достаточно доказательств. Убийцу прежде всего выдал его почерк - он прятал

тела своих жертв в оврагах и лесополосах. Тогда же следователи вышли и на другие похожие убийства, и список серийника пополнился новыми фамилиями. Среди жертв оказалась мама одной из абитуриенток, которую Манишин убил ради девяти тысяч рублей, и две молодые женщины, которые приехали в Барнаул, чтобы найти работу...

## В ЧЕМ МОТИВ?

Сам Манишин после предъявленных обвинений признавал вину и во время предварительного следствия активно сотрудничал с силовиками. Мотив до конца остался неясным. Одни говорят, что на него повлиял развод с первой женой, другие списывают на проблемы с женским полом.

Так или иначе, Манишин заговаривал своих жертв, обхаживал, читал им нравоучительные речи - все его знакомые подмечали, что он искусный оратор. Девушки, надеявшиеся, что он поможет им с поступлением, селились в машину. А маньяк вывозил их в безлюдное место, преимущественно в лес, - насиловал и душил брючным ремнем или руками. Одну из девочек он забил до смерти огнетушителем - она слишком отчаянно боролась за свою жизнь.

## РОДИТЕЛЯМ ВЕРНУЛИ ИКОНКУ

1 октября 2025-го наконец состоялось последнее судебное заседание. На него пришли и родственники жертв. Манишин низко согнулся, не глядя никому в глаза. Но, очевидно, чувствовал взгляды. Особенно сидевшего напротив Владимира Киргизова, отца убитой Ксюши. Она стала единнадцатой, последней из пропавших девочек. В августе этого года исполнилось ровно 25 лет, как ее не стало. Красавица, так похожая на своего папу, - какой бы она была сейчас?

Во время заседания судья перечислила вещдоки. Среди них - книжка народных заговоров, изъятая во время обыска в доме Манишина, в которой говорилось о том, как стереть самому себе память. Упомянули и иконку одной из жертв, которую спустя столько лет вернут родителям...

Приговор: 25 лет лишения свободы, первые семь лет в тюрьме, остальные - в исправительной колонии строгого режима.

Также суд удовлетворил гражданские иски от потерпевших на общую сумму 7 млн рублей. Еще почти 350 тысяч рублей взыщут в качестве процессуальных издержек, в том числе за услуги адвоката (другой вопрос, есть ли у маньяка средства или имущество, чтобы расплатиться).

## ВОПРОС - РЕБРОМ

### Почему не пожизненное?

Как рассказала государственный обвинитель прокуратуры Алтайского края Марина Тилилицина, родные жертв Манишина просили пожизненного лишения свободы. Сторона же гособвинения настаивала на максимальном наказании в виде 25 лет лишения свободы.

- В связи с требованиями законодательства наказание в виде пожизненного лишения свободы Манишину не может быть назначено, так как по всем преступлениям истекли сроки давности уголовного преследования, - объяснила Марина Тилилицина.

**Учим ребенка запоминать правила русского языка без мучений и с удовольствием.**

Мы все вроде бы учили правила в школе и все равно периодически оказываемся в тупике. МерИл или мерЯл? Ноль или нуль? Крайний Север или крайний север - тот, который на оленях утром ранним? А живете вы где - в Митино или в Митине?

Одни ругаются: ну кто, кто все это придумал на нашу голову? Другие уверяют: у меня врожденная грамотность, ни одного правила не учил, но пишу как надо. Но это до тех пор, пока эти люди не столкнутся с выбором: один кроссовок или одна кроссовка? А вот и не угадали.

Чтобы все это запомнить без мучений, с удовольствием, нужен хороший преподаватель. Такой, как автор книги «Ча-ща русского языка. Как не заблудиться в правилах» Яна Гераськова, учитель высшей категории и эксперт ЕГЭ. Ее сборник, вышедший в издательстве «Комсомольская правда», поможет вам и вашим детям-школьникам все запомнить с помощью простых ассоциаций, рифмовок и других ее авторских методов.

Есть книги, которые нужны в каждом доме, и это одна из них. Она пригодится и ребенку-школьнику, и студенту, и их папе с мамой, которые на работе пишут деловые письма или много общаются в соцсетях. А еще - нервничают, хорошо ли сын с дочкой сдадут ЕГЭ. Да просто любому человеку, кто хочет писать и говорить без ошибок.

- Яна, врожденная грамотность существует или



**Эту и другие книги вы можете купить на shop.kp.ru, а также на маркетплейсах и в книжных магазинах**

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

Реклама 6+



**все равно нужно учить правила?**

- Для меня термин «врожденная грамотность» - синоним понятия «орфографическая зоркость» и «хорошая память». Если человек с хорошей памятью много читает, он автоматически запоминает верное написание слов, развивает языковое чутье. В его памяти отпечатались и правильное написание слов, и верные грамматические конструкции. Поэтому постарайтесь всеми силами заинтересовать ребенка чтением хорошей литературы, тогда проблем с письмом и речью у него точно не будет!

- Но дети часто зубрят, чтобы получить хороший балл, - и тут же забыть. Как объяснить ребенку, что правила нужны не для ЕГЭ, а для себя?

# Что такое «зга» и почему не надо покупать квас на разлив

- Рано или поздно человек все равно приходит к этой мысли, начинает любить русский язык, искренне интересоваться его устройством. Но обычно это происходит не в 11-м классе. Перед ЕГЭ на подростка сваливается огромное количество правил и исключений, которые обязательно нужно запомнить, если хочешь получить 85+ на экзамене. Но проблема здесь не в языке, а в системе обучения. Я целый год вставала в 4 утра, чтобы разработать курсы по подготовке к экзаменам. И с тех пор не устаю напоминать: не запускайте русский язык. У шестиклассника появились двойки и тройки - пора браться за работу! И не оставляйте подготовку к ЕГЭ на 11-й класс, начните в 10-м.

- Дети часто спрашивают: кругом компьютеры, зачем мне сегодня учить правила?

- Да, они уверены, что в мире технологий банальная грамотность не нужна. При этом многие из них мечтают стать блогерами. Вот эту мечту я и использую как мотивацию: блогеру непросто добиться уважения и профессионального роста, если он пишет с ошибками, не умеет расставлять запятые, а его речь полна грамматических недочетов. Это важно и для взрослых при поиске работы и продвижении в профессии.

- Как вам пришла идея написать эту книгу?

- Шесть лет назад я завела экспертный блог. Делилась со школьниками, их родителями и теми, кто заинтересован в нескучном изучении русского языка, простыми и понятными объяснениями на первый взгляд неподъемных правил, быстрыми способами запомнить исключения, удивительными фактами из истории языка. Хотела сделать науку о русском языке увлекательной и максимально простой. К моему огромному удивлению, в руки не попало ни одного пособия, в котором одновременно были бы собраны и

Яне, учителю высшей категории и эксперту ЕГЭ, удалось сделать понятными сложные правила.

ассоциативные техники объяснения основных правил орфографии, и доступная подача сложного материала, и увлекательные истории о языке. «Значит, такую книгу нужно написать», - решила я. Надеюсь, у меня получилось.

Листала  
Александра  
ЗАЙЦЕВА.

**ЗАПОМИНАЛКА ОТ АВТОРА**

**Достаем из кустов рояль...**

Как, например, запомнить, что слово «тюль» - мужского рода и не делать распространенную ошибку «красивая тюль»? Очень просто. Достаем из кустов рояль и ставим рядом. Формы этих слов одинаковые. Красивый рояль, красивый тюль.

И таких простых запоминалок в книге много.

**КУПИТЬ ЗДЕСЬ**



**КСТАТИ**

## 5 причин открыть книгу

С помощью этого издания вы и ваши дети:

- ✓ наконец запомните, подрОвнять или подрАвнять (волосы в парикмахерской или, например, газон);
- ✓ поймете, почему нарОщенные ресницы - это неправильно;
- ✓ найдете ослика Иа из книжки про Винни Пуха, который поможет запомнить целый список хитрых слов с чередующимися согласными в корнях;
- ✓ запомните, какой квас покупать - на рОзлив или на рАзлив;
- ✓ узнаете, что такое «зга» и почему ее не видно.

И откроете для себя еще много всего о русском языке. Потому изучать его с таким преподавателем, как Яна, вовсе не занудно, а очень интересно и весело.

КНИЖНОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО  
**КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА**

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

**Хотите, чтобы вас слушали, а не просто слышали?**

**Переговоры, свидание, встреча с начальником — вы будете говорить уверенно!**

**Слова, которые убеждают и вдохновляют.**

**Речь без страха и зажимов.**



Астролог  
опубликовала  
в своих соцсетях  
прогноз  
на октябрь.

Тамара ГЛОБА:

# Весы - на пике обаяния, а Рыбам помогут люди из прошлого

## ОВЕН

Потребуется особое внимание ко всему происходящему вокруг вас. Также будьте внимательны к вопросам здоровья. Посвятите немало времени своему дому. Появятся хорошие возможности в работе. Женщины поддержат мужчин, помогут в работе - особенно в первой половине октября. Хорошее время для задела на будущее. В конце месяца будьте особенно внимательны в дорогах и не доверяйте случайным знакомым. Это время, очень важное для отношений с родными людьми.



## РАК

Время, удачное для востребованных, которые касаются заработка. Хорошее время для активного образа жизни. В поездках необходимо быть внимательнее, особенно в конце второй недели октября и в середине третьей декады. В ваш дом придут люди, которые наполнят его радостью, согласием, новыми возможностями и интересными проектами. Также это хорошее время для обучения и творчества, выступлений. Особое внимание обратите на своих детей. Весь месяц хорошая возможность для зачатия.



## ВЕСЫ

Октябрь - месяц Весов. Поэтому к вашей персоне будет проявлено немало внимания. Особенно в первую неделю октября - это время удачно для учебы, встреч, заключения договоров и новых начинаний, важных проектов. Весь месяц вы будете стараться активно заработать необходимые вам деньги. И в этом могут возникнуть определенные трудности: в самые первые дни октября, в начале второй недели и третью неделю месяца. Вторая половина октября принесет новые знакомства. Ваше обаяние будет очень важным козырем во всех делах, которыми вы занимаетесь.



## КОЗЕРОГ

Работать старайтесь не в одиночестве, а в сотрудничестве с профессионалами. Любовь, внимание, признание вас ждут вдали от дома в первой половине месяца. Руководство будет контролировать и присматривать за вашими делами. Люди, которые наблюдают за вами, принесут вам возможности продвижения и новых проектов. Но часть из этих проектов может сорваться в третьей декаде октября.



## ВОДОЛЕЙ

Первая неделя октября - удачное время для обучения, а также для торговли и заключения контрактов с дальними партнерами. Параллельно будут сложности, которые касаются и хозяйства, и личных отношений. Возникнут трудности, которые касаются личной жизни, необходимо беречь любимых людей. Руководство будет контролировать ваши дела: будет некоторое давление, которое вам нужно выдерживать в этом месяце. Поставьте перед собой крупные цели, но не идите по головам. В течение месяца, несмотря на сложный период, придет компенсация, появятся материальные возможности.



## ТЕЛЕЦ

Партнеры могут поставить вам на вид какие-то промахи, а вот любящие люди будут помогать во всем. Это удачное время для любви, особенно в первой половине месяца. Вы сможете отсеять бесполезные проекты и начнете новое дело. Но будут трудности и споры - в конце второй декады, а также в третьей. Это время, которое потребует особого внимания к происходящему вокруг. Ни в коем случае не срывайтесь на окружающих - вас будут поддерживать те, кто вас любит, те, кто вами дорожит.



## ЛЕВ

Месяц потребует вашего внимания к делам родителей. Берегите свой дом, домашних. Внимательно оцените проблемы, которые касаются недвижимости. Если занимаетесь ремонтом, то контролируйте все, что происходит в вашем доме. Следите за тем, чтобы не было поломок или аварийных ситуаций. Особенно в самом начале месяца, в конце первой недели, в начале второй недели, а также в конце второй недели, а также в конце октября. Время, важное и для личных встреч. Поездки, обучение удачны в первую неделю октября и во второй половине месяца. В конце октября будьте внимательны к своим любимым. Не упускайте из внимания и дела друзей.



## СКОРПИОН

Октябрь - наиболее важный месяц в этом году. Вы разовьете повышенную активность. Необходимо заниматься многими делами и проектами сразу. Это важное время, когда вы продвигаете свои дела, выступаете как лидер. В спорах вы будете и побеждать - как, например, в период второй недели октября, так и проигрывать. Могут быть трудности, когда вам придется уступать свои позиции - это период середины третьей декады октября. В конце месяца будьте внимательны в финансовых вопросах. Могут быть значительные расходы. Беречь свое здоровье - это необходимость.



## РЫБЫ

Вам придется преодолевать трудности. Так закончится первая и начнется вторая неделя октября. Также придут трудности вдали от дома в третью декаду октября. Будьте внимательны к тому, что происходит вокруг вас в финансовых вопросах, будьте осторожны в выражениях и ни в коем случае не связывайтесь с сомнительными личностями. Будет много новых знакомств, среди них вы встретите людей, которые попытаются вас использовать. Будьте осторожны с теми, кого вы не знаете или плохо с ними знакомы. Появятся хорошие перспективы на будущее. Люди из прошлого будут вам помогать.



## БЛИЗНЕЦЫ

Максимум времени в октябре вы посвятите своей работе и вопросам здоровья. Не упускайте из внимания проблемы, которые во второй половине месяца могут возникнуть по здоровью и бытовым делам. Первая неделя месяца и вторая половина октября - отличное время для выступлений, встреч, знакомств, проявления своего интеллектуального потенциала. Будут возможности, которые дадут большой успех в работе. Благоприятное время для зачатия. Будьте очень осторожны в дороге, особенно в середине третьей декады октября. В конце октября возможны разрывы с деловыми партнерами.



## ДЕВА

Период заработка, возможностей, которые принесут вам друзья, семья, близкие люди, союзники. Хорошее время для того, чтобы продемонстрировать свой вкус, обаяние. Займитесь вопросами, которые касаются личной жизни. Займитесь своим здоровьем и внешностью. Обновите гардероб. В конце первой декады и в начале второй декады октября - не очень удачное время, поскольку расходы могут быть значительными. Это период, когда появятся новые люди в вашем окружении. Близких людей нужно беречь, особенно в третьей декаде октября. Время удачное для обучения, выступлений и для договоров. Но нужно быть внимательным в договорах в третью декаду.



## СТРЕЛЕЦ

Опасность краж, обмана людьми, от которых вы этого никак не ожидали. Особенно в самом начале октября, а также в начале второй декады октября и в середине третьей декады октября. В конце месяца могут сорваться планы, которые касаются личных дел, а также отношений с партнерами. В течение октября старайтесь не взваливать на себя как можно больше проектов. Оцените внимательно свои возможности, чтобы не заболеть. В течение месяца вам будут помогать друзья издалека, люди, которые вас любят. Возможны новые интересные проекты во второй половине октября.



Ирина ВИКТОРОВА.



Покупайте  
на [shop.kp.ru](http://shop.kp.ru)!

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

# И еще неоднократно выйдет зайчик погулять

13 фраз,  
которые лучше  
не говорить  
мужчине, чтоб  
не сбежал  
из дома.

Александра  
ЗАЙЦЕВА

Вроде бы живете-  
поживаете и все  
в семье хорошо.  
А потом сказали  
одну фразу - и муж-  
чина буквально  
взрывается. И вот  
вам ссора на ровном  
месте.

Эти маркеры  
свои у каждой па-  
ры. И все-таки как  
же они все похожи!  
До такой степе-  
ни, что с помощью  
мужских и женских  
жалоб в соцсетях  
легко составить словарь: какие  
фразы НЕ НУЖНО говорить.  
Вот этот коллективный опыт,  
пользуйтесь. Вырезаем из газе-  
ты (или распечатываем с сайта)  
нашу шпаргалку и периодически  
с ней сверяемся.

**1** «Зая», «зайчик». «За-  
яц, сходи за хлебом».  
«Чё сразу заяц-то? - мо-  
ментально обижается он. -  
Я нормальный пацан!» Вы не  
его мама, а ему не 3 года. Он  
как минимум тигр, понятно?  
На этапе влюбленности муж-  
чина еще потерпит всех этих  
«котиков», «пупсиков», «ма-  
сю» и прочее уменьшительно-  
ласкательное, но потом о них  
лучше забыть. А то добьетесь  
эффекта, как в мультфильме  
«Пиф-паф, ой-ой-ой!», где хор  
пел: «И еще неоднократно вый-  
дет зайчик погулять». Из дома  
в неизвестном и тревожном на-  
правлении. Оно нам надо?

**2** «Я же говорила!» Про-  
износится в случае, ког-  
да он ошибся, хотя вы  
предупреждали. Для мужчины  
эта фраза - как звук пилы. Он  
и так удручен, что накосячил.  
Не усугубляйте.

**3** «Где потерялся?», «Ку-  
да пропал?» Вариант «где  
тебя носит» - для тех, чья  
свадьба давно уже не ситцевая,  
а как минимум деревянная. А то  
и оловянная. В таком вопросе  
мужчина усмотрит попытку его  
контролировать.

**4** «Нам нужно серьезно  
поговорить». Воспри-  
нимается как угроза.  
Особенно если вы пишете это  
в сообщении, а он еще на ра-  
боте. Этим вы заставляете его  
весь день нервничать: что, что  
такого серьезного случилось?



Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва

И эти впустую потраченные  
нервные клетки, увы, ассоци-  
ируются с вами, источником  
угрозы и тревоги. Нужно по-  
говорить - начинайте сразу, без  
пугающих предисловий.

**5** «Я не могу без тебя».  
Вам кажется, что вы  
трогательно признае-  
тесь в своих чувствах, а его это  
страшно пугает. Для него это  
обязательство, тяжелая ответ-  
ственность. Редко кто к такому  
готов.

**6** «Ты не получишь (чего-  
то необходимого или при-  
ятно - секса, рыбалки,  
доступа к ребенку), пока...» Ма-  
нипуляция, да еще и грубая. Вы  
серьезно думаете, что это укреп-  
ит хорошее отношение к вам?

**7** «Сама справлюсь». Да,  
вы умеете вкручивать  
лампочки, открывать  
консервы, а некоторые дамы  
даже утюги самостоятельно  
ремонтируют. Но такой фра-  
зой вы бьете по его самооцен-  
ке, обесцениваете его помощь.  
Российский мужчина воспитан  
так, что потребность помогать  
и брать тяжести на свои плечи  
у него в крови. И это прекрасно,  
не мешайте ему проявлять свои  
лучшие качества.

**8** «Твоя мама вечно...!  
Меня тошнит от твоих  
родственников!» Осу-  
ждаете близких и дорогих ему  
людей - плохо будете выглядеть  
вы, а не они. Теоретически все  
мы это понимаем, но все равно  
срываемся. Хотя можно сказать  
то же самое гораздо диплома-  
тичнее: «мне неприятно, когда  
твоя сестра...»

**9** «Ты не помнишь, какой  
сегодня день?!» Не пом-  
нит. Голова мужчины  
устроена конкретно: сегод-

ня вторник, сегодня  
дождь. Своим вопро-  
сом вы устроите в его  
мозгу панику: что,  
8 Марта?! Уже?!

**10** «Ты ничего не  
замечаешь?» Он заметит  
расположение всех  
выключателей и дру-  
гих стратегических  
точек в комнате, едва  
туда войдет (а вы бу-  
дете искать их минут  
пять). Но он действи-  
тельно не поймет, что  
вы сменили цвет во-  
лос со светлого каш-  
тана на светлый ма-  
хагон. Для него это  
один цвет: рыжий.  
Не заставляйте его  
играть в угадку на  
том поле, где он не  
ориентируется. В  
конце концов, вы  
ведь тоже не отли-  
чите карбюратор от  
инжекторного дви-  
гателя.

**11** «Ты же мужчина, ты  
должен!», «Настоящий  
мужчина бы в такой си-  
туации...» В этом слышится: ты  
не настоящий. Давление и обе-  
сценивание вряд ли приведут  
к тому результату, которого вы  
добиваетесь. Зато наверняка  
заронят сомнение - «раз здесь  
меня мужчиной не считают, не  
поискать ли мне других людей,  
для которых я достаточно хо-  
рош».

**12** «О чем ты сейчас дума-  
ешь?» О судьбах мира.  
Об устройстве рыболов-  
ных снастей. О чем угодно, но  
он не готов к тому, что вы бес-  
церемонно внедряетесь в эти  
мысли и требуете отчета.

**13** «А сколько женщин  
у тебя было?» Вы не  
его приятель, с кото-  
рым они меряются числами.  
Он забеспокоился, зачем вам  
эта информация, какие выво-  
ды вы сделаете. И вы уверены,  
что хотите услышать число 27  
и потом жить с этим знанием?

**P.S.** Конечно, женщины  
сейчас возмущаются: ну  
что за нежные создания, ничего  
им не скажи! Да, так и есть,  
когда в отношениях накопились  
раздражение и проблемы. Ре-  
шать, конечно, нужно в первую  
очередь их. А пока не решили,  
нервирующие фразы все-таки  
лучше не использовать. Не тро-  
гайте этот спусковой крючок на  
висящем на стене ружье.



Как ужитья  
в паре,  
где женщина  
зарабатывает больше, -  
читайте на сайте



## АТЫ-БАТЫ



Кадр из фильма «Первый на Олимпе»

Чтобы сыграть гребца-чемпиона,  
актер много тренировался.

## Глеб КАЛЮЖНЫЙ: Армия - это очень интересный опыт!



До армии Глеб выглядел лет на 17.  
Теперь возмужал - на вид все 19.  
А вот по паспорту ему... 27!

Константин ГЛЫБА

Русский артист в армии -  
история традиционная: служили  
Федор Бондарчук и Егор Кончаловский,  
Михаил Пореченков и Алексей Кравченко, Фе-  
дор Добронравов и Гоша Куценко. Практически  
все гордятся прохожде-  
нием срочной службы  
и вспоминают опыт не  
только как забавный, но  
и безусловно полезный.  
Не стал исключением  
и Глеб Калюжный - звезда  
сериала «Вампиры сред-  
ней полосы» (18+) ушел на  
службу в мае. И впервые  
с того времени появился  
на гражданке.

Глеб получил увольни-  
тельную, чтобы принять  
участие в презентации  
спортивной драмы Арте-  
ма Михалкова «Первый  
на Олимпе» 12+. Еще до  
службы Калюжный сы-  
грал в проекте главную  
роль легендарного спорт-  
смена Юрия Тюкалова -  
пережившего блокаду  
ленинградца, который  
впервые в истории СССР

Военнослужащий-  
артист прибыл  
на премьеру  
картины, где снялся  
до призыва.

стал двукратным олим-  
пийским чемпионом по  
академической гре-  
бле.

Артист не вы-  
глядел затюканным  
уставщиной  
или дедовщи-  
ной служащим,  
напротив, воз-  
мужал, окреп,  
приобрел осан-  
ку и бравую вы-  
правку. Очень  
ему идет форма  
Семеновского  
полка!

- Я благодарен своим  
командирам и руковод-  
ству части, что нашли  
возможность дать мне  
увольнительную, - сказал  
Глеб. - И я рад, что впер-  
вые посмотреть фильм се-  
годня вместе со мной смо-  
гут не только мои родные  
и близкие, но и команди-  
ры, а также сослуживцы -  
пацаны, с кем мы подру-  
жились в части. Армия,  
прохождение службы по  
призыву - это очень ин-  
тересный и вдохновляющий  
опыт для меня, который  
дарит новые впечатления,  
новые знакомства, мно-  
гое проясняет и объясняет  
с точки зрения отношения  
к себе как к мужчине, как  
к человеку, как к гражда-  
нину своей страны.

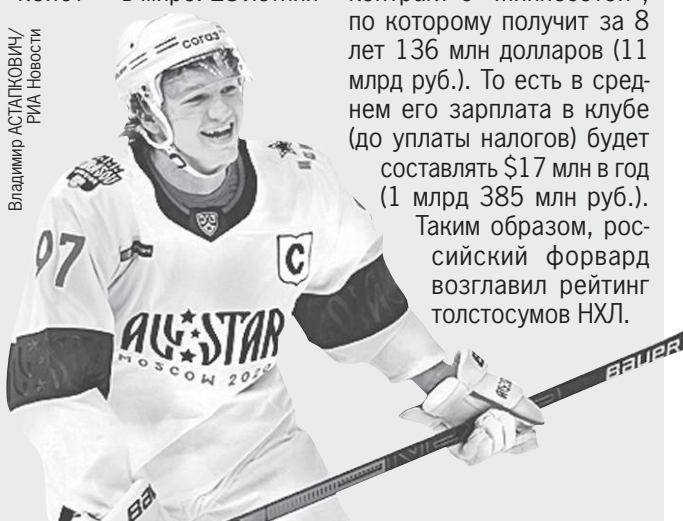
Большой разговор с Гле-  
бом Калюжным о новой  
роли, службе в армии и пе-  
реоценке ценностей чи-  
тайте в «КП» ближе к дате  
официальной премьеры  
картины - 9 октября.

Что нужно знать  
призывнику  
< стр. 8.

ЦИФРА  
ДНЯЛюбой Капризов  
за ваши деньги

Кирилл Капризов прямо сейчас самый дорогой хоккеист в мире. 28-летний

нападающий вчера заключил новый баснословный контракт с «Миннесотой», по которому получит за 8 лет 136 млн долларов (11 млрд руб.). То есть в среднем его зарплата в клубе (до уплаты налогов) будет составлять \$17 млн в год (1 млрд 385 млн руб.). Таким образом, российский форвард возглавил рейтинг толстосумов НХЛ.

Владимир АСТАШКОВИЧ/  
РИА Новости

Контракт Кирилла вступит в силу лишь с сезона 2026/2027 и за это время кто-то может перебить эту сумму. Но сейчас список самых высоких зарплат в НХЛ выглядит так:

## Зарплаты в НХЛ в млн долларов в год

1. Кирилл Капризов («Миннесота» Н) - \$17 млн
2. Остон Мэттьюс («Торонто» Н) - \$13,25 млн
3. Нэйтан Маккиннон («Колорадо» Н) - \$12,6 млн
4. Коннор Макдэвид («Эдмонтон» Н) - \$12,5 млн
5. Артемий Панарин («Рейнджерс» Н) - \$11,6 млн...
17. Сергей Бобровский («Флорида» В) - \$10 млн...
22. Андрей Василевский («Тампа-Бэй» В) - \$9,5 млн...
24. Никита Кучеров («Тампа-Бэй» Н) - \$9,5...
27. Александр Овечкин («Вашингтон» Н) - \$9,5

Н - нападающий, В - вратарь.

Почему фигуристка решила продолжить карьеру у другого тренера.

Валиева ушла  
от Тутберидзе  
к Навке

Евгений НЕСЫН

Главная новость в мире фигурного катания: 18-летняя **Камила Валиева** возобновит спортивную карьеру в школе **Татьяны Навки** под руководством тренера **Светланы Соколовской**. И произойдет это очень скоро, в конце октября.

Напомним, что в январе 2024 года Спортивный арбитражный суд (CAS) дисквалифицировал Валиеву на четыре года за нарушение антидопинговых правил. Срок отсчитывается с 25 декабря 2021 года, так что участвовать в соревнованиях она сможет с 25 декабря 2025 года. При этом приступить к официальным тренировкам она имеет право на два месяца раньше, то есть уже 25 октября.

И переход к Светлане Соколовской - не случайность. Тренер, известная работой с юни-

орами и многими известными фигуристами, будет готовить Камилу в академии «Наши надежды» на «Навка-Арене». Олимпийская чемпионка в танцах Татьяна Навка сказала:

- Это было личное решение Камилы перейти в группу Светланы Соколовской... Безусловно, для нашей школы это радостная новость. У нее потрясающий характер, желание доказать всему миру... Мы же всем нашим большим коллективом поможем.

Хореограф **Алексей Железняков** раскрыл выбор фигуристки.

- Меня как человека из команды **Тутберидзе** немного опечалило, что она сделала выбор в пользу Соколовской... Возможно, дело в шоу, ведь Камилу взрослая девочка, которой нужно зарабатывать... А Татьяна дает возможность хорошо заработать.

Все новости  
спорта -  
на KP.RU/SPORTSИван  
МАКЕЕВ/  
«КП» - Москва

Камила Валиева великолепна и в образе крысиной королевы ледового шоу Татьяны Навки «Щелкунчик».

Многие известные в прошлом фигуристки обрадовались скорому возвращению Валиевой.

- Если Камилу вернет тройные, она сможет быть в лидерах. А если вернет четверной, спокойно сможет претендовать на первый номер в сборной, - говорит вице-чемпионка мира **Елена Радионова**.

А вот заслуженный тренер **Татьяна Тарасова** скептически отнеслась к такому переходу.

- Мне кажется, если человек хочет, он всегда может. Но почему не Этери Георгиевна... Я практически не верю в это дело. Дай бог, чтобы все получилось, - сказала Тарасова.

100 ЛЕТ  
КОМСОМЛЬСКАЯ  
ПРАВДАТА САМАЯ  
ОЛИМПИЙКАс 01 ОКТЯБРЯ - 10 ОКТЯБРЯ  
ЗАБИРАЙ ОЛИМПИЙКУ

-15%

ПРОМОКОД RETRO100

ОГРН: 1027739295781. АО «ИД «Комсомольская правда», г. Москва. Реклама 12+  
Окончательная скидка применяется с учетом правил округления.

Александра БУДАЕВА

## МОРЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ

14 млн представителей старшего поколения по всей стране охватывают мероприятия программы «Активное долголетие», которая развивается при поддержке национального проекта «Семья». Люди серебряного возраста танцуют, путешествуют, играют в театре, осваивают гаджеты и много чего еще. Реализуют себя, свои желания и мечты, которые, возможно, откладывали долгое время.

Практики активного долголетия нацелены, с одной стороны, на то, чтобы восполнять недостаток физической активности, общения и интересного досуга. С другой стороны, чтобы развивать новые навыки - в том числе как пользоваться различными гаджетами, а еще чтобы обучать основам цифровой грамотности, к примеру.

## СУДЬБОНОСНАЯ ВСТРЕЧА

В Биробиджане Центр активного долголетия «Шалом» открылся на базе Комплексного центра социального обслуживания Еврейской автономной области. Одно из направлений его работы - «Университет третьего возраста», который представляет собой комплекс образовательных и творческих программ для старшего поколения.

Они изучают религии, занимаются творчеством, играют в настольный теннис. Очень популярны занятия по финансовой грамотности - их проводит сотрудница Центробанка в формате игры. А еще наш «серебряный» волонтер обучилась мозгоробике (упражнения для тренировки мозга) и теперь занимается ею с другими - это также стало отдельным курсом в «Университете», - рассказывает специалист по социальной работе Комплексного центра социального обслуживания Еврейской автономной области **Анастасия Вострякова**.

Кроме того, старшее поколение ездит на экскурсии, причем не только по городу, но и за его пределы, этим летом, например, удалось съездить в Благовещенск. Они ставят спектакли в кукольном театре и участвуют в городских фестивалях.

# Когда жизнь только начинается

Как программа «Активное долголетие» помогает найти дело по душе, друзей и даже любовь.



«Для них это как глоток свежего воздуха, они очень активные и сами постоянно что-то предлагают», - признается Анастасия Вострякова.

А еще все лето они танцевали. По субботам на набережной в рамках Арт-проекта «Вечерний Биробиджан» хореограф центра проводил танцевальные вечера: буквально за полчаса участники разучивали несложные движения, а потом танцевали в свое удовольствие.

Танцы же свели вместе двух замечательных людей.

В «Университете третьего возраста» у нас есть своя вокальная группа «Хорошее настроение», и ее руководитель Людмила Александровна начала ходить на занятия по хореографии. И там познакомилась с Александром Вениаминовичем. Они сперва общались, потом дружили, а постепенно танцевальная пара стала парой по жизни, - рассказала Анастасия Вострякова.

В этом году в Центре активного долголетия «Шалом» впервые открыли группу дневного пребывания для старшего поколения: каждый день на протяжении двух недель у них был расписан мероприятия: настольные игры, походы

## ТОЛЬКО ЦИФРЫ

14 млн представителей старшего поколения задействованы в программе «Активное долголетие»:

- 8,5 млн занимаются физической культурой и спортом;
- около 4 млн выбирают творчество;
- более 1,1 млн получают новые знания;
- более 300 тысяч нашли себя в волонтерстве.

в кино, творческие занятия и др. Участники смеялись и шутили, называли себя пионерами, а с организаторов взяли слово, что они обязательно повторят такую успешную практику.

## НЕ ПРОСТО ОБЩЕНИЕ

Внимание и поддержка для людей серебряного возраста особенно важны, когда они проживают в небольших городах и селах в отдалении от мегаполисов. Поэтому именно там Социальный фонд России при поддержке национального проекта «Семья»

открывает центры общения старшего поколения.

Сегодня их сеть состоит уже из 900 площадок в 87 регионах страны. В этом году фонд открыл центры общения старшего поколения в новых регионах: в апреле - в городе Лутугино Луганской Народной Республики, в июле - в городе Васильевка Запорожской области, в сентябре - в Новотроицком муниципальном округе Херсонской области.

Мы постарались сделать все, чтобы наше старшее поколение по-настоящему с пользой проводило здесь время. Полноценная забота не может ограничиваться только выплатами, важно еще и живое участие в жизни людей, - отметила управляющая отделением Соцфонда по Херсонской области **Людмила Малая**.

Чем занимаются в таких центрах общения? Там Социальный фонд организует разнообразные мероприятия: курсы финансовой и цифровой грамотности - это важно как для защиты от разного рода мошенников, так и для поддержания социальных связей. Также в центрах помогают разобраться с получением госуслуг, организуют зарядки, кулинарные мастер-

классы, поэтические вечера, шахматные турниры.

## АКТИВНОСТЬ ОБЪЕДИНЯЕТ

Насколько важна работа таких центров и какой заряд энергии дает поддержка единомышленников, недавно почувствовали активисты Центра общения старшего поколения в Белорецком районе и городе Белорецке Республики Башкортостан.

**Надежда Штырляева**, фельдшер с 45-летним стажем, собрала команду и провела... онлайн-занятие по физкультуре. К нему по видеосвязи подключились 244 центра из разных уголков страны. Вместе они делали растяжку, упражнения для лимфодренажа, учились суставной гимнастике для рук и ног. В ответ вся команда получила массу благодарностей и просьбу предоставить запись зарядки, чтобы повторять эти упражнения дома самим.

Мы чувствовали поддержку участников и были приятно удивлены такому количеству присоединившихся к нам людей, - призналась Надежда Штырляева.

Онлайн-тренировки она теперь думает сделать регулярными: ей еще есть чем поделиться с другими.

И таких активистов, которые не теряют бодрости духа и готовы передавать свой опыт, еще много. А значит, и дальше расписание активностей в центрах общения старшего поколения будет весьма разнообразным.

## ВАЖНО!

Узнать адрес ближайшего центра общения старшего поколения можно на сайте Социального фонда



## ■ ИЗ ПЕРВЫХ УСТ

## «ВИДИМ ОТКЛИК - БУДЕМ ПРОДОЛЖАТЬ»

Председатель Социального фонда Сергей ЧИРКОВ:

«В свое время создание центров общения стало возможным благодаря оптимизации работы нашего фонда и перепрофилированию более 100 тысяч квадратных метров площадей. Сегодня мы понимаем, насколько правильным было это решение: гостями центров уже стали более 1,3 млн человек. Для них проводятся лекции по финансовой грамотности, творческие мастер-классы, спортивные турниры, кинопоказы и многие другие активности. И эту работу мы, конечно же, продолжим, потому что видим отклик на нее. Мы поддерживаем людей старшего поколения в их стремлении к социальной активности и получению новых знаний и хотим, чтобы они и дальше чувствовали внимание, заботу и поддержку со стороны государства и фонда».



## БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»

**Елена ПЕСТРИКОВА, 29 лет, Екатеринбург:**  
- Увлекаюсь фотографией - снимаю сама и выступаю как модель, поддерживаю форму фитнесом, пою для души. Прыгала с парашютом, пробовала себя в стрельбе. Обожаю проводить время с близкими людьми.



**Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:**  
- Белая блуза

с романтическими рюшами, черные брюки и лаконичные сапоги создают образ из старого вестерна. Широкополая шляпа усиливает характер. Если заменить классические серьги на одну крупную cowboy glam моносерьгу с камнем, то эффект будет еще кинематографичнее.



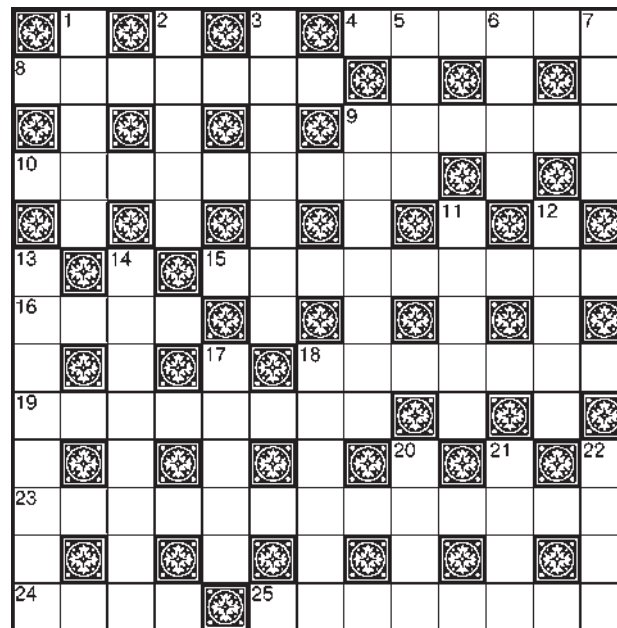
Фото присылайте в «Комсомольскую правду», e-mail: miss@kp.ru



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

Ольга Юшкова «КП» - Екатеринбург

## КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 4. Чьи письма Анна Ахматова знала наизусть? 8. Аллергическая реакция на пыльцу. 9. Способ снять показания. 10. «Домашний доктор» среди растений. 15. Кому сломанная на съемках фильма «Чучело» рука не помешала сыграть главную роль? 16. Любимая игра Антона Чехова. 18. Что диктует необходимость мыть руки перед едой? 19. Баловень судьбы. 23. Предшественница компакт-диска. 24. Кто сделал татуировку бойцов ИРА для «Отходной молитвы»? 25. Мираж значимости.

**ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Литературный экскурсовод по аду. 2. «Я в жизни так любил игру и светлый ...

шальной идеи». 3. «Предохранитель» от голов. 5. Размер дани с погоста во времена великой княгини Ольги. 6. Квартетная комбинация в покере. 7. Что хрустит под валенками? 9. Звуковая колонка. 11. В какой скандинавской стране действует налог в 150% на покупку автомобиля? 12. Посох ведьмы с развилкой на конце. 13. Откуда взяли лед скандинавские боги для сотворения первого живого существа? 14. Врачебная специальность. 17. Какой курорт засветился в нашей комедии «Мумия из чемодана»? 18. Бренчалка барда. 20. Что слышно от раненых? 21. Двукрылые надоеды. 22. «Перевал» через болото.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Стэн. 13. Эливар. 14. Физик. 17. Аппа. 18. Урок. 6. Кар. 7. Наст. 9. Динамик. 11. Дания. 12. ВЕРТИКАЛИ: 1. Данте. 2. Хмель. 3. Вратарь. 5. 23. Грамластика. 24. Рук. 25. Важность. ПО

## АНЕКДОТЫ

Вы когда последний раз слышали новости про Австралию? Там вообще происходит что-нибудь?

\*\*\*

Если программист изобретет еще более понятный интерфейс, мир создаст еще более тупого юзера.

\*\*\*

- Милая, ты колдуешь?  
- Стихи читаю.  
- А почему буря поднимается?  
- Стихи грустные...

\*\*\*  
Чаще всего реставрируют свой фасад те, кому нужно чинить крышу.

\*\*\*

- Сигаретки не будет?  
- Вот ща докурю... И не будет!

\*\*\*

Купили холодильник, распаковали, установили, открыли дверку. На звук прибегает кот. Эти глаза не забуду: «Дебилы! Притащили пустой холодильник!»

\*\*\*  
Неприятности доставляют удовольствие дважды: первый - когда кончаются, второй - когда начинаются у других.

\*\*\*

Бабье лето так называется, потому что лето ушло, а потом возвращается, и такое: «Я не договорила!»

\*\*\*

Я тебя искала  
Годы и века,  
Чтобы в черный список  
Занести в ВК.

Оставьте свой анекдот на сайте **KPRU** в рубрике «Анекдоты»!

Весь архив анекдотов от «КП» - на **KPRU**



## Прогноз погоды на завтра, 4 октября

|          | Днем    | Ночью    |
|----------|---------|----------|
| Барнаул  | +3      | 0        |
| Бийск    | +3      | +1       |
| Алейск   | +3      | 0        |
| Рубцовск | +3      | -1       |
| ясно     | облачно | пасмурно |
| дождь    | гроза   | снег     |

Давление 747 (мм рт. ст.)  
(норма октября - 750)  
Относительная влажность воздуха - 78 % (норма - 50)  
Ветер южный, 5 м/с  
Восход - 7.31 Закат - 18.55  
Световой день - 11 ч. 24 мин.  
Луна растущая



**СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!**

Если у вас есть:

- тема для публикации
- отклики на статью
- жалобы на доставку

Звоните нам!

**(495) 777-02-82**

Ваше мнение для нас важно!

## ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор  
Олеся Вячеславовна  
НОСОВА.

Автор современной версии издания -  
Владимир Николаевич  
СУНГОРКИН.

Ведущий редактор номера  
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

© АО ИД «Комсомольская правда», 2025. Размещенные в газете материалы не подлежат использованию другими лицами в какой бы то ни было форме без разрешения правообладателя. Приобретение авторских прав: mtv@kp.ru

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-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: 174 048 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 № 6721. Рекомендуемая цена - 29 руб.