

Александр ШТАКОВСКИЙ

## Чувствуйте себя как дома

С 1 марта между Россией и Беларусью можно пользоваться мобильной связью и интернетом по комфортным «домашним» тарифам - стр. 9

## «Выпьем за любовь» и споем!

8 Марта включаем самые романтичные песни в честь праздника - 18:00 (мск)  
radiokp.ru



# 100 ЛЕТ КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Пятница, 7 марта № 17 (27665)/2025 год **Газета нашего города ★ Брянск** **КР. RU 4 873 000** УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ



## Героини нашего времени

Поздравляем милых женщин, которые дарят нам любовь, сражаются на СВО и служат надежным тылом.

Мужчины «Комсомольской правды».

Материал Дмитрия Стешина о девушке с позывным «Валькирия» (она на фото) читайте на стр. 4-5



Личная страница Натальи Подольской в социальной сети  
Владимир Пресняков-мл. свою тещу Нину Антоновну (справа) называет просто Нина.

## Его вторая мама

Ирина ВИКТОРОВА

Знаменитые мужчины и их тещи, в которых они души не чают.

Шутки-прибаутки и прочий фольклор нас учат, что зятья да тещи друг друг ненавидят. И это мягко говоря. Вспомним хотя бы это: «Мимо тещино дома...»

А ведь это сущая неправда! Полно примеров, когда мужчина и мама его жены строят свои отношения на принципах взаимного уважения и доброй дружбы. И в звездных семьях такое тоже встречается!

В канун 8 Марта мы собрали несколько таких милых историй.

Продолжение на стр. 12

## Ну и роза у тебя, Шарапов!

Наталья ВАРСЕГОВА

Перед 8 Марта цены на цветы окончательно распустились.

Цветы дорожают не только накануне 8 Марта. Они просто дорожают.

По данным аналитического центра «Чек Индекс», за год цветы в России выросли в цене на 18%.

При этом накануне 8 Марта в прошлом году букет цветов в среднем по стране стоил 3370 рублей. Если учесть годовой рост

цен, то сегодня-завтра букетик вырастет примерно до 4000 рублей.

Почему же цветы дорожают так быстро? Тут есть и общие для всех причины: рост затрат на упаковку, аренду торговых площадей, оплату труда персонала и т. д. Но это не все.

В России с 2025 года вступила в силу налоговая реформа для крупных предприятий, к которым относится большая часть цветочных комбинатов.

- Налог на прибыль увеличился с 20% до 25%, - объясняет исполнительный

директор Национальной ассоциации цветоводов **Виктория Крылова**. - Выросла и себестоимость цветов, это связано с подорожанием света, газа...

А еще бросается в глаза сильный рост цен на тюльпаны. Если розы за год подорожали «всего» на 12%, то тюльпаны - на 25%!

- Из-за санкций произошли сбои в поставках посадочного материала. Мы выращиваем эти цветы из голландской луковицы, которую стало сложнее и дороже привозить, - объясняет Виктория Крылова.



**Подписка на «КП» – прямо из дома**



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



# Телефонных мошенников станут распознавать по голосу

Андрей ЗОБОВ

В среду Владимир Путин провел совещание с правительством. Главной темой стала борьба с телефонными мошенниками.

- Ситуация, которую мы обсуждаем, является крайне острой, - начал глава государства. - Ущерб для граждан приобрел просто недопустимые размеры. Поэтому действовать нужно быстро.

Дальше Путин выслушал отчеты и предложения главы Центробанка **Набиуллиной**, генпрокурора **Краснова** и вице-премьера правительства **Григоренко**. Вот что они сказали:

- **Борьба уже идет**

**Набиуллина** заявила, что крупные банки отбивают до 99% подобных атак.

Кроме того, в России создается система страхования денег на случай похищения телефонными мошенниками.



- «Госуслуги» могут

Также Григоренко рассказал, что на сайте «Госуслуги» появится отдельный раздел по борьбе с мошенниками. Там можно будет пройти обучение, запретить себе брать кредиты и так далее.

- **Кибервымогательство - под закон**

Прокурор Игорь Краснов заявил, что разрабатывается новая норма, по которой кибервымогательство станет преступлением. Так, работающие через интернет мошенники не смогут уйти от ответственности.

- **Мошенников запомнит робот**

Уже этой весной может быть принят закон против мошенников. В его тексте еще порядка 30 мер против телефонных и интернет-воров. В частности, создание системы



Михаил МЕТЦЕЛЬ/ТАСС

## ФОТОФАКТ

Владимир Путин поздравил Валентину Терешкову с днем рождения:

«Уважаемая Валентина Владимировна! - говорится в телеграмме, опубликованной на сайте Кремля. - Примите искренние поздравления с Днем рождения. Вы всегда с честью решали поставленные задачи на самых сложных, ответственных направлениях работы. Ваш легендарный, исторический полет к звездам, востребованная общественная, законотворческая деятельность - зримое воплощение любви к Родине, преданности избранному делу. Желаю Вам доброго здоровья, успехов и всего наилучшего. Владимир Путин».

«Комсомолка» тоже поздравляет Валентину Владимировну и желает крепкого здоровья и долгих и счастливых лет.

распознавания голосов преступников.

- **Запрет на кредиты**

Возможность ввести самозапрет на кредиты, появившаяся на «Госуслугах» с 1 марта, может полностью обезопасить людей. Ей уже воспользовались более 3 миллиона россиян, отметила глава ЦБ.

Эльвира Набиуллина предложила ввести статью для

дропперов (пособников мошенников, через которых они выводят похищенные деньги) и установить ограничение по числу карт, оформленных на человека. Простых россиян это не коснется - пособники преступников заводят сотни и даже тысячи карточек.

- **Звонки из других стран не пройдут.**

Вице-премьер Дмитрий Григоренко предложил еще один

самозапрет - на получение иностранных звонков. Ведь большинство мошенников используют иностранные номера для своих афер.

- **За ИИ накажут**

Председатель Следкома Александр Бастрыкин предложил ввести в качестве отягчающего обстоятельства использование искусственного интеллекта при вымогательстве.

## ОСТРЫЙ ВОПРОС

# В России будет новая концепция миграционной политики

Андрей ЗОБОВ

В среду прошло ежегодное заседание коллегии МВД. По традиции, со вступительным словом на ней выступил Владимир Путин, где подробно рассказал об успехах и проблемах ведомства. А еще обозначил приоритеты МВД.

## ГЛАВНЫЕ УСПЕХИ

Свою речь Путин начал с благодарностей личному составу и отдельно отметил тех, «кто несет службу на Донбассе, в Новороссии, в Курской области».

По словам президента:

● Улучшается раскрываемость убийств, разбоя, квартирных краж.

● Снизилась уличная преступность.

● Сокращается число рецидивов (когда те, кто понес наказание, вновь идут на преступления).

● Снизился уровень подростковой преступности (за 7 лет - более чем вдвое).

## НО ЕСТЬ И ПРОБЛЕМЫ

В 2024 году снизилась раскрываемость преступлений с использованием информа-

ционных технологий - это звонки мошенников и вымогательство в интернете.

- В прошлом году ущерб от таких преступлений превысил 200 миллиардов рублей. Почти четверть обманутых - это пенсионеры, - заметил Путин.

Президент потребовал от полицейских искать новые, эффективные способы борьбы с этой угрозой.

## РАБОТА С МИГРАНТАМИ

Много говорил Путин и о работе в сфере миграции: уже заработал «реестр нелегалов», принят закон, позволяющий не принимать в школы детей мигрантов, не знающих русского.

- Приоритет - это безопасность общества и граждан, сбережение нашей культурной идентичности. Необходимо пресекать каналы нелегальной миграции, активнее использовать инструменты миграционного контроля. Эти и другие новации должны найти отражение в обновленной Концепции государственной миграционной политики, которую нужно принять уже в этом году, - заявила глава государства.

При этом страна должна быть открытой для россиян, желающих вернуться из-за

рубежа, и всячески помогать мигрантам, имеющим высокую квалификацию и уважающим нашу культуру.

В то же время президент отметил, что в стране нет места религиозной нетерпимости и заявил, что ждет от МВД «самой жесткой и оперативной реакции на экстремистские преступления».

## НАРКОТИКИ И КОРРУПЦИЯ

Другая большая проблема - незаконный оборот наркотиков.

- Нужно активнее выявлять наркодилеров, пресекать наркотрафик, совершенствовать механизмы борьбы с рекламой и площадками по продаже наркотиков в цифровой сфере, - поручил Путин.

Отметил президент и борьбу с отмыванием денег и коррупцией. Последняя особенно опасна на фоне запуска новых нацпроектов и финансовых вливаний в оборонную промышленность.

## ДОРОГИ ДОЛЖНЫ БЫТЬ БЕЗОПАСНЫМИ

Президент похвалил полицейских - за 20 лет число погибших в ДТП снизилось больше, чем в два раза. Но все равно

## ДЕФИЦИТ

# Полицейских не хватает

Министр внутренних дел Владимир Колокольцев назвал самую большую проблему ведомства - это нехватка кадров:

**172 тыс. сотрудников** недостает МВД.

**31,4%** - нехватка сотрудников ППС.

**23,9%** - дефицит кадров в угрозыске.

**22,7%** - нехватка в органах предварительного следствия.

**24,7%** - в службе по контролю за оборотом наркотиков.

В каждом третьем отделении не хватает 20% сотрудников, а в некоторых - до 40%.

Президент поручил подготовить «давно назревшие» меры: повышение зарплат и улучшение жилищных условий полицейских.

гибнет и получает ранения слишком много народа. Поэтому Путин потребовал продумать дополнительные решения по технической модернизации дорог и организации дорожного движения - чтобы еще снизить аварийность.

- К 2030 году смертность в ДТП должна быть снижена еще как минимум в полтора раза, - потребовал он.

оноклассники

Давайте дружить на OK.RU/KPRU

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

**ЗДОРОВЬЕ**  
Средиземноморская диета снижает риск рака

**МОЯ ДАЧА**  
Когда сажать рассаду



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



# Нам и без ваз неплохо!

Каким подаркам женщины не обрадуются на 8 Марта и чего они на самом деле хотят.

Елена КРИВЯКИНА

## Я ПОСУДУ БРАТЬ НЕ БУДУ

Чего хотят женщины? Этот поистине кинематографический вопрос актуален всегда. Но накануне 8 Марта на первое место зачастую выходит вопрос куда более прагматичный: чего они НЕ хотят? Ведь так не хочется получить - да и подарить тоже - презент, который категорически не понравится. Вот мы и спросили наших читательниц в социальных сетях, какие подарки они считают самыми неудачными. И первое место заняли (унылая барабанная дробь)... вазы, посуда и прочая утварь из категории «товары для дома». Почему?

- Посуда и вазы, как правило, у всех уже есть. К тому же эти предметы занимают много места, что не всегда удобно, - поясняет кандидат психологических наук, клинический психолог, заведующая кафедрой «Возрастная психология им. профессора Л. Ф. Обуховой» МГППУ Юлия Кочетова.

Конфеты и сладости дамы тоже не хотят увидеть под елочкой на 8 Марта.

- Многие девушки следят за своей фигурой. Поэтому, если девушка не ест сладкого, учтите это и не покупайте ей коробку конфет, даже если это дорогой и вкусный шоколад. К тому же шоколад и конфеты часто дарят на работе. И, отвечая на этот вопрос, женщины, возможно, имеют в виду, что подобных подарков достаточно много, - отмечает психолог.

## ЛУЧШИЕ ДРУЗЬЯ ДЕВУШЕК

Чего же они тогда хотят? Чтобы это узнать, мы провели еще одно исследование: спросили

читательниц, какие подарки им будут больше всего по душе. И первое место заняли (барабанная дробь теперь уже бодрая, задорная)... конечно, деньги! Заветный «дзынь» от банковского прилечения мечтает услышать почти каждая третья.

- Многие не любят сюрпризов. К тому же полученная вещь может оказаться ненужной. Поэтому такой подарок, как деньги, удобен и понятен, - говорит Юлия Кочетова.

На втором месте - украшения, а цветы лишь замыкают тройку самых желанных презентов. По словам эксперта, украшения оказались выше, поскольку это не только материальная ценность. Они создают настроение, помогают женщине выглядеть привлекательнее.

- Цветы, безусловно, создают в доме праздничную атмосферу. Но это ощущение недолговечно, ведь они рано или поздно завянут. Украшения же способны дарить хорошее настроение гораздо дольше. Например, каждый раз, надевая украшение, женщина может с теплотой вспоминать о том, как ей подарили его на праздник, - объясняет Юлия Кочетова.

Но все-таки каждая женщина - индивидуальность. Одну и вазу обрадует, а другую - бриллиантовое кольцо расстроит. Как же не прогадать, выбирая презент?

- При выборе подарка важно сосредоточиться на предпочтениях конкретной женщины и ее потребностях. Постарайтесь вспомнить, о чем она говорила, на что обращала внимание, что ей нравилось и чего не хватало. Возможно, она ненароком обмолвилась об этом в беседе, - подсказывает психолог.

А вообще нет ничего зазорного в том, чтобы спросить у человека напрямую, что ему хочется получить в подарок. Или даже так.

- Если вы не уверены в предпочтениях человека, можно уточнить, желает ли он получить сюрприз или предпочитает выбрать подарок самостоятельно. Ведь в подарке наиболее ценны внимание и забота. Поэтому, если вы поинтересуетесь у близкого вам человека о его предпочтениях, это будет воспринято как проявление вашей заботы, - дает совет Юлия Кочетова.



Картина МАРТИНОВИЧ/КП - Москва



Опросы проведены в соцсетях «Комсомольской правды». В них приняли участие 5,9 тысячи и 6,3 тысячи человек соответственно. Респонденты могли выбрать несколько вариантов ответа.

Алексей СТЕФАНОВ/Комсомольская правда

## ■ ПРОВЕРКА СЛУХА

# Ваша кредитная карта бита

Евгений БЕЛЯКОВ

Россиянам, которые оформили самозапрет на займы, начали блокировать пластик. Но есть нюанс.

«У вас стоит самозапрет на кредиты, поэтому мы закрыли вашу карту по закону 353-ФЗ» - такое сообщение на этой неделе получил клиент одного из крупных банков. Скриншот переписки тут же разлетелся по соцсетям. И заставил многих понервничать.

По всей видимости, этот клиент когда-то получил кредитную карту, а уже после этого установил себе самозапрет на выдачу кредитов. Это можно сделать с 1 марта через «Госуслуги». Запрет распространяется на потребительские кредиты, микрозаймы и кредитные карты.

В банке, который отправил клиенту шумевшее сообщение, быстро среагировали на шумиху в социальных сетях.

- По самозапрету закрываются только не ак-

тивированные ранее кредитные карты, то есть те, по которым не была совершена ни одна расходная операция. Активированные кредитные карты продолжают действовать, на них самозапрет не распространяется, - уточнили в банке.

Видимо, таким образом банк решил почистить ряды заемщиков, которые давно оформили себе кредитку на всякий случай, но так и не решились ей пользоваться.



Подробная инструкция о том, как установить (и снять) самозапрет на кредиты - на нашем сайте

В ЦБ ситуацию комментировать не стали, но напомнили, что самозапрет не касается уже выданных кредитов и займов, а также он не распространяется на выдачу денег по уже действующим кредитным картам.

## ■ ВОПРОС ДНЯ

Какой завтра праздник - напоминать не нужно. Но стоит спросить знающих людей:

# Как сделать 8 Марта для женщин запоминающимся?

Юрий ЭНТИН, поэт-песенник:

- У меня есть рецепт: надо любить женщин и дарить им подарки необычные. Я заранее это сделал. Жена моя сейчас пишет обо мне книгу. А я ей написал такое стихотворение: «В честь женского вручаю дня изделия Кардена Поля». Чтоб в умной книжке про меня твоя бы не ослабла воля». И подарил ей очень изящную ручку-самописку от Кардена. И купил ей немислимо красивую орхидею, которая стоит месяц. И написал: «Дорогая орхидея от нежадного еврея».

Юрий СЫТНИК, заслуженный пилот России:

- Метод отработан: с дочкой 16-летней съездили, купили цветы в горшочках и шоколадки большие для каждой учительницы. А со своими девчонками поедом в хороший магазин накануне 8 Марта, они выберут кто что хочет. 7 марта возьму свежие цветы, спрячу в багажнике и утром 8 Марта вручу. А 8 Марта приготовлю плов на выбор - ферганский, самаркандский, ташкентский. Или исполню настоящие манты. Или стейки с правильной прожаркой и картошечку, а к ним хорошее вино.

Владимир ДЖАНИБЕКОВ, летчик-космонавт, дважды Герой Советского Союза:

- Это просто: сесть за руль и отправиться с любимой супругой и друзьями в Кисловодск. Жена взяла отпуск, и мы, переночевав в Ростове, на машине приехали на Кавказ перед 8 Марта. Тут только что растаял снег, и вот уже солнце. Люди бегают по дорожкам, обстановка жизнерадостная, Эльбрус виден. Делайте подарки любимым женщинам - они у нас самые замечательные на планете, самые красивые и нежные.

Илья АВЕРБУХ, чемпион мира, автор ледовых шоу:

- Дарите женщинам цветы и искренние слова. Посвящайте им все, над чем работаете. Для любимой женщины это важно.

Аскольд ЗАПАШНЫЙ, худрук Большого Московского цирка:

- Тут самое главное - внимание. И один из лучших рецептов - что-то неожиданное: внезапная поездка, какой-то отдых в спа, который не обязательно будет 8 Марта, возможность прыгнуть с парашютом. Однажды мы одним днем в Колизей съездили. И с дочками летал в Диснейленд на 8 Марта.

Михаил ГРУШЕВСКИЙ, шоумен, пародист:

- Я с сыном Михал Михальчем договорился все сделать заранее - 7 марта запасемся цветочной композицией, которую мы спрячем. 8 Марта поздравим нашу маму Евгению. И рванем к теще. Она точно запомнит это 8 Марта. Жене приснился сон, что мы нашли на улице собаку с ошейником и она позвонила во сне своей маме. И когда поутру она рассказала мне, мы решили воплотить этот сон. В итоге теща получила прелестную бульдожку Эмму. Ну как такой подарок позабыть?!

\* Карден на самом деле Пьер, но со словом «воля» лучше рифмуется Польш.



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



# На сороковой минуте обстрела и говорят:



**ДМИТРИЙ СТЕПИН,**  
военкор «КП»

Медик на передовой - это не какой-то врач в халате, к кому в кабинет ходят за каплями от насморка. На СВО это специалист штучный и, пожалуй, самый важный - он и от смерти спасет, и сам за товарища в бой пойдет. Даже если медик этот - балерина...

## МАГИЯ ПОДВАЛЬНЫХ ВСТРЕЧ

Это был самый теплый и уютный подвал из всех увиденных в Артемовске. Мне показали отсек с койкой, я сбросил к стенке броник с каской и отправился в духовный и социальный центр подземелья - кухню-столовую. На стене надпись: «Кухня Z» - это волонтеры, которые вкусно кормят бойцов добровольческой 88-й бригады. Женщина с позывным «Ламбада» мешала в кастрюле говяжью тушенку с рисом и овощной заправкой. Официально это фантастическое блюдо звалось «плов», но пловом не являлось даже близко. Я, хитрец, выложил на стол килограммовую плитку хорошего шоколада, со словами: «Всем барышням этого подвала».

Магия, но через три предложения я узнал, что «Ламбада» - супруга одного из офицеров 247-го Ставропольского десантно-штурмового казачьего полка. Я говорю ей, что моя первая военкорская командировка в 2003 году была именно в этот полк: он стоял в горной Чечне, над облаками (это не метафора), и мы с Сашей Коцем привезли туда тонну подарков бойцам - их собрали читатели «Комсомолки». «Посылка на войну» называлась эта акция. Этот факт неимоверно сблизил меня с «Ламбадой», без остановки мешающий рис, чтобы тот не подгорел. Она мешала, улыбалась и рассказывала про полк...

В подвальной столовой появилась худенькая девушка с достаточно суровым пирсингом в левом ухе (просто ряд матовых колец).

Дизельный отопитель раскинул во все стороны, как черные щупальца, свои шланги-воздуховоды. Девушка поставила под них только что отмытые тактические ботинки и периодически поворачивала их разными боками, как сосиски на гриле. Мы заварили кофе, я подвинул шоколадину, показали друг другу, у кого какие сигареты, и поменялись ими - угостились на пробу. Я представился и в свою очередь спросил:

**- Вы медик?**

Девушка кивнула:

- И медик тоже... Замкомандира штурмовой роты, позывной «Валькирия», третий контракт...

Наутро «Валькирия» уезжала на передок в Часов Яр на несколько недель. Не «по серенькому» - в сумерках, а в тот короткий и благословенный час, когда ночь превращается в раннее утро, когда ночные дроны уже не работают, а дневные еще не подняли в воздух. Я в некотором ошеломлении залез в рюкзак и поставил на стол, с таким



**«Валькирия» даже среди серых развалин и гари не теряет чувства прекрасного. Да она и сама прекрасна.**

костяным звуком, банку кофеина в таблетках, выпущенную фармацевтами из страны вероятного заокеанского противника. «Валькирия» улыбнулась банке:

- То, что надо! А то моргнула - значит, уже выпалась!

Мы не знали, что просидим за этим столом до полуночи - когда останавливают генераторы, чтобы их заправить. А потом уже, из Часова Яра, она напишет, что «интервью очень не любит, но мы с ней просто беседовали». Да, так оно и было.

## ВЫПУСКНИЦА АКАДЕМИИ РУССКОГО БАЛЕТА

**- У тебя военное образование?**

- Нет. Я гражданский человек, доброволец. Вот два месяца была на передке в Часике, два дня отдохнула и обратно.

Я не унимался:

**- Я знаю, что в вашей бригаде культ товарищества, это очень греет мою душу. Ты по фанатской линии пришла?**

«Валькирия» мотает головой, мол, не интересовалась футболом:

- Да все просто. Если Родина в опасности - все идут на фронт. Я из мото-клуба «Ночные Валькирии», привезла гуманитарку. Мой будущий командир «Питбуль» записал видео с благодарностью. Я записала в ответ, а потом «Питбуль» сказал мне: «Приходи!». И уточнил: «Будем фигачить хохлов!».

**- Удивилась?**

- Я думала только о том, что я на СВО буду делать. И пришла к простому выводу: что могу, то и буду. Но сначала был Курс молодого бойца.

**- Почему позвали?**

- У нас командир, если что-то видит в человеке, если его что-то зацепило, он сделает все, чтобы он оказался рядом. Не понимаю, что он увидел в выпускнице Академии русского балета...

## ОТЛОЖЕННЫЙ СТРАХ

Мы говорим о быте на передке, тем более за бетонными стенами трещит почти 20-градусный мороз (большая редкость для Донбасса). «Валькирия» замечает:

- Вот этот подвал для меня - «зона лакшери».

Мы, не сговариваясь, осматриваемся: кофе в кружках горячий, обогреватель ревет, как огнедышащий дракон, в умывальнике теплая вода, кошка чав-

кает тушенкой со своего блюда и даже урчит, если попадаются особо вкусные куски. Уют!

«Валькирии» есть с чем сравнить:

- Там, - она мысленно кивает в сторону передка, - забываешь, что такое помыть руки. Салфетки влажные - наш душ и посудомоечная машина. Ватная палочка - роскошь. В воздухе противник активничает, подвозы проблема, и люди заносят все на себе. А это риск. Все очень сильно экономим.

**- При заходе на позицию приходится бежать? Как вообще подход выглядит?**

- «Открытки» (так называют на СВО открытые пространства без укрытий, кустов, лесопосадок, развалин. - Авт.) бывают по 500 метров, по 700 метров. Там просто пешком пройтись не получится, нужно бежать. И ты бежишь, пройдя до этого четыре километра.

**- Что несешь на себе?**

- Броню, каску, еду и воду для себя минимум на трое суток, сменную одежду. И какой-то минимум медицины - медукладку, чтобы оказать помощь трем бойцам. Физически больше и не унести.

**- Сколько БК несешь?**

- У штурмовиков - минимум 15 магазинов. А есть среди нас и пулеметчики, и гранатометчики.

**- Им хуже всего...**

Смеется:

- Но у них есть вторые номера! Они помогают.

**- Ты участвовала в боях на короткой дистанции?**

- Да, когда брали Богдановку (поселок на подступах к Часовому Яру. - Авт.), от нас противник был в 5 метрах в лесополке. Мы попали в адовый ад - по нам работало все: они даже подогнали танк, работали с «сапога» (СПГ - станковый гранатомет), с минометов, били кассетами, висели «птицы»...

**- Страх исчез совсем? Или ты научилась не обращать на него внимания?**

- Страх наступает, когда ты возвращаешься и начинаешь понимать, что ты видела и пережила. Когда выходишь ТУДА, понимаешь, что можешь не вернуться, ты как бы смирился с этой мыслью.



Рейтинг: 16+

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

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

## Читатели рекомендуют

Книга Дмитрия Степина  
«Священная военная операция»

★★★★★

**Денис:**

Читал взахлеб. У меня два брата там, но так они рассказывать не умеют. Дети подрастут - обязательно дам им прочитать.

★★★★★

**Юрий:**

Меня проняло до дрожи. Автор пропустил через себя все события, описывает, как все было в Донбассе с первого дня СВО. Настоящая военная проза, уровень Ремарка.





# Фитнес-часы «У вас стресс!»

## НАДО РЕШАТЬ, КОГО СПАСАТЬ

«Валькирия» говорит, что самое трудное - сохранить ясность мышления. Не из-за самосохранения, а потому что из-за тебя могут погибнуть люди. А ты - медик и должен делать все четко и быстро, даже когда тебя забросило взрывной волной в твой же подвал.

**- Что самое страшное для тебя на ЛБС?**

- Потерять людей. Я сижу на рации, занимаюсь фронтовой логистикой и когда слышу, что у группы проблемы... это страшно. Страшно от твоего бессилия. Недавно наш командир «Питбуль» получил ранение, а мы в прямом эфире, с коптера видели, как разбирали его позицию! Представляешь, какие у нас были эмоции?

**- Ребята берегут тебя на штурмах? То есть я уверен...**

- Мы друг друга бережем. Но все-таки я понимаю, что я - боевая единица со своими задачами, которые должна выполнять. Я тактический медик. Но я так же отражаю контратаки вместе со всеми, так же наступаю. Но ребята знают, что медик - всегда лакомая цель. Поэтому порядок, в котором я передвигаюсь, определенный. Стараемся, чтобы было непонятно, что у меня мед-укладка и фельдшерский рюкзак.

**- Были морально тяжелые решения или ситуации?**

- У меня одновременно было трое «трехсотых», с разницей в три минуты. Второй раненый - командир. Потеря командира на задаче... медику нужно в этот момент определить приоритет, кого спасать первым. И мы 40 минут не могли раненого вытащить, я только помню, как у меня перед лицом кассетки взрываются и дроны сверху висят... Мне отсекает лямки медукладки, она падает, я не могу до нее добраться, но есть аптечка «второго эшелона» - прямо на поясе. Командир говорит, что у него бок от крови мокнет, я начинаю бросать ему упаковки гемостатика, чтобы он остановил кровотечение. Командир их ловит, ржет, замечает: «Это надо снимать!», и в этот момент у меня фитнес-браслет вдруг говорит: «У вас стресс! У вас стресс!»...

**- А у противника есть стресс? Как он себя чувствует?**

- Тактика противника стала напоминать предсмертную агонию. Кажется, что он последнее из себя выжимает.

## КАРДИОГРАММА ПАТРИОТИЗМА

Говорим о гражданке, о том, как тыл воспринимает СВО. «Валькирия» очень четко сформулировала:

- Кардиограммой воспринимает: где-то патриотизм в пике, а где-то... на пофигах живут!

Замечаю, что этот пофигизм обычно до поры до времени - многих обстоятельства перепахивают внезапно. «Валькирия» соглашается:

- У меня был очень тяжелый разговор с девушкой 17 лет: она планировала идти на СВО, куда угодно, лишь бы помогать, и я спросила: «Что случилось?». У девушки в Курске погибла мать. Тогда у меня закончились все

слова, и холодный пот потек по спине.

**- Тыл тебя не подбешивает, когда возвращаешься?**

- Та же «кардиограмма». Например, как реагируют на мое удостоверение ветерана боевых действий: одни удивляются, другие начинают расспрашивать: «Как ТАМ?». Дети письма пишут - наверное, это самый трогательный момент. А письмо от одного мальчишка я все время ношу в бронжилете, под плитками. И носочки, которые вяжут бабушки для фронта... Или связанная бабушками маскировочная сеть... Она же нас укрыла, сберегла! Здесь это очень ценят, уносят с собой на позиции эти обереги. У меня мышка на бронике висит, например.

**- Не скучаешь по гражданке?**

«Валькирия» машет рукой:  
- Гражданка никуда не денется. А вот маму свою хочу обнять.

**- А что мама сказала, когда ты пошла добровольцем?**

- Я сказала: «Мама, я уйду на СВО». Она вздохнула и заметила, что все знала. А потом сказала: была бы помоложе, тоже бы пошла.

**- Слышала такую фразу: «У войны не женское лицо»?**

«Валькирия» неожиданно соглашается:

- А здесь нет женщин, здесь все бойцы. И знаешь, иногда женщины выносливее мужчин. Вот я два месяца жила в режиме «моргнула - выпалась». Эфир - 24 на 7, несколько групп связи. Суть в том, что ты никогда не спишь нормально - боишься что-то пропустить по рации, боишься подвести людей, все слушаешь и пытаешься координировать всех и сразу. И когда выходишь с передка в место постоянной дислокации, тебя не отпускает, ты все время думаешь: как там? То есть тело переместилось, а мозг - там.

## ДОГОВОРИЛИСЬ ПИСАТЬ ДРУГ ДРУГУ

**- Чем ты думаешь после СВО заняться?**

- Да просто вернуться хочу.

**- Во что веришь, что будет?**

- Верю, что все будет Россия. Кроме Косово, Косово - это Сербия.

«Валькирия» хохочет и сразу гаснет свет - бензин в генераторах закончился. Бака обычно хватает на половину дня - подземные часы, смена суток.

Под землей время идет по-другому, сутки абстрактны. Выспался, значит, настало утро: наш подвал проснулся часов в 5 утра. «Валькирия» уже собралась. Цепляет на шлем камеру и говорит мне:

- Эта камера - лучший РЭБ. Включаешь... и ничего не происходит!

Мы прощаемся и уговариваемся писать друг другу в «Телегу». И «Валькирия» написала. В это утро она не сразу добралась до передка - остановили «смежники»: у них саперы попали под дрон-камикадзе. «Валькирия» скинула мне короткое видео, где она стабилизирует перед транспортировкой очень тяжелого бойца с позывным «Романтик». Я не узнал ее на этом видео.

## ■ ЕСЛИ БЫ НЕ ОНИ...

Валентин АЛФИМОВ

*Каждый день тысячи женщин выполняют сложнейшие задачи в зоне спецоперации. Они не опускают рук ни при обстрелах, ни при бомбежках, они закрывают своим телом бойцов. И каждый день приближают нашу победу! Они и есть - героини нашего времени.*

### Ефрейтор Людмила Болилая

Медсестра-мотострелок была на пункте управления, когда враг ударил каскетами по расположению наших воинов: шрапнель прошивала каски, бронжилеты, бронемашину. Многие тогда получили тяжелые ранения. В такие минуты медикам нужно сохранять холодную голову,



и это ефрейтору Болилая удалось. Она первая бросилась на помощь бойцам, даже несмотря на продолжающийся обстрел.

Когда Людмила уже подготовила к эвакуации нескольких воинов, заметила еще одного, бросилась к нему, и в этот момент в воздухе взорвалась еще одна кассета... Девушка инстинктивно накрыла собой бойца, приняв на себя часть удара.

С многочисленными ранениями она была доставлена в госпиталь вместе с

# На их счету сотни спасенных жизней

военнослужащим, которому делала перевязку.

### Капитан Белла Карибова

Артиллерия? Ракеты? Вражеские дроны? Для ка-



питана Карибовой это не причина остановить работу. В самых тяжелых условиях они никогда не опускает рук и спасает жизни.

Минобороны: «Благодаря профессиональным действиям капитана медицинской службы Беллы Карибовой квалифицированная помощь оказывалась военнослужащим с ранениями различной степени тяжести. Это спасло им жизнь и способствовало сокращению сроков возвращения их в строй».

### Прапорщик Зарина Коннова

Медики на СВО работают не только в блиндажах и



расположениях. Одна из самых сложных задач - эвакуация раненых, чтобы прямо в полевых условиях оказать им помощь. Это обычные будни для прапорщика Конновой. Раненых бойцов она не бросает ни при каких обстоятельствах. И спасла уже не одну жизнь.

### Сержант Екатерина Антропова

Работа группы эвакуации - одна из самых сложных: ты всегда под обстрелом, нет ни минуты, чтобы расслабиться, и весь организм должен быть все время в повышенной готовности. Это совершенно не останавливает старшего санитарного отделения сержанта Екатери-



ны Антропову. Она служит прямо на линии боевого соприкосновения.

Минобороны: «Несмотря на обстрелы, артиллерию, беспилотники и кассеты противника, Екатерина за время службы в зоне СВО в составе эвакуационной группы оказала помощь более 800 (!!!) военнослужащим с различными травмами и ранениями».



## ЖЕЛЕЗНЫЕ НЕРВЫ

# Вы нас услышите!

### Старший прапорщик Анастасия Кияница

Анастасия - связист, начальник аппаратной. Ее задача - установить устойчивую радиосвязь между командованием дивизии и подчиненными.

Но противник атаковал оборонительные рубежи наших подразделений и осколками ракеты оказались повреждены агрегаты в аппаратной. Анастасия, несмотря на обстрел, сохранила хладнокровие и, понимая, что без связи командование не сможет координировать действия бойцов, бросилась к поврежденному узлу и заменила поврежденные блоки. После чего заново настроила аппаратную (!) и восстановила связь в подразделении.

Минобороны: «Смелые и решительные действия старшего прапорщика Анастасии Кияницы позволили не допустить обрыва связи и обеспечили устойчивое управление войсками».



РАДИО  
КОМСОМОЛЬСКАЯ  
ПРАВДА  
radiokp.ru

Беседуем с героями СВО  
на Радио «КП» - слушайте программу  
«Диалоги»  
в подкастах на сайте radiokp.ru



# Женщины приближают победу



Пресс-служба «Транснефти»

## ВСТРЕТИЛА МУЖА НА СВО

Сотрудница АО «Транснефть - Приволга» **Ольга Сильванович** летом 2023 года удивила коллег и знакомых неожиданным решением. Первого июля она подписала контракт и ушла добровольцем на специальную военную операцию.

- Иные не поняли моего поступка, - рассказывает Ольга. - Отговаривали - ведь это риск. Я никого не слушала, отвечала: «Вы же не знаете, как там будет, а это моя жизнь, мой выбор». Более того, если бы я снова вернулась в то время, поступила точно так же, не задумываясь. Ведь на службе я встретила своего мужа.

- Мы познакомились во время формирования батальона в Волгограде, - говорит она. - Он мой ровесник, связист по воинской специальности. Сейчас мы оба - в одном батальоне.

44-летняя Ольга служит в отдельном батальоне связи инструктором по кадрам. Сопровождение делопроизводства, оформление документов... Женская работа, но в боевых условиях.

- Военнообязанной я никогда не была, поэтому тяготы воинской службы испытываю впервые, - продолжает рассказ Ольга. - Да, сложно, тяжело, но к быту привыкаешь. Моемся в специальной перевозной бане, едим в полевой кухне. Готовят повара, но иногда кашеварим и сами.

К чему невозможно привыкнуть, по словам Ольги, так это к постоянному риску. Связисты находятся не на первой линии, на второй, но регулярно подвергаются обстрелам и налетам дронов.

- Волнуешься, переживаешь, но командиры успокаивают - мол, мы в безопасности, - делится впечатлениями боец-кадровик. - Но несмотря на все невзгоды и опасность, я чувствую себя счастливой женщиной. И самое главное, я знаю, что нужна своей стране, что причастна к настоящему историческому событию.

## Ирина ИЛЬИНА

**Сильные духом представительницы прекрасного пола становятся волонтерами и идут на фронт, вкладывая душу в общее дело.**

*Писать о подобных историях сложно. Наши героини - работницы стратегической отрасли - нефтетранспортной, и сейчас они вносят большой вклад в защиту Родины, так или иначе вовлечены в специальную военную операцию: собирают посылки бойцам, поддерживают героев в госпиталях, а кто-то лично ушел добровольцем в зону боевых действий. Накануне Восьмого марта мы расскажем о женщинах-добровольцах «Транснефти», которые после начала СВО не смогли остаться в стороне.*

## НАЧАЛОСЬ ВСЕ С ПОСЫЛКИ...

Рассказывает мне по телефону диспетчер автомобильного транспорта АО «Транснефть - Дружба» **Анна Малеева**. Она и сама не думала, что так активно вольется в волонтерское движение.

- У меня нет семьи, а потребность заботиться о ком-либо огромная, вот я и нашла себя в нужном и полезном деле, - объясняет свою позицию Анна.

Анна Малеева - участник волонтерского движения «За сВет и Мир», которое оказывает поддержку участникам СВО.

- Необходимые средства гигиены, белье, вкусняшки - все это я упаковывала в коробки и передавала на фронт, - говорит Анна Малеева. - Посылка не персонально кому-то, а просто солдату. Мне было важно поделиться теплом своей души с тем, кто в этом нуждается. А когда в ответ на отправленную посылку получаешь слова благодарности от бойца, которому она досталась, то понимаешь, что все не зря.

В октябре 2024-го Анна привлекла к волонтерству своих коллег, они собрали деньги на приобретение медицинских препаратов для бойцов. И до сих пор периодически все вместе участвуют в сборах, потому что лекарства там, «за ленточкой», необходимы.

- Тем, кто еще сомневается: «а надо ли солдатам это?», «а доходят ли посылки?», отвечу: «надо!», «доходят!», - говорит Анна. - Наши мужчины в зоне проведения СВО находятся в режиме постоянного стресса, ежеминутно рискуя жизнью. И поддержка тыла для них очень важна! Бойцам важно знать, что их ждут и поддерживают.



Пресс-служба «Транснефти»



## МАТЬ И СЫН

Электромеханик связи АО «Связь-транснефть» **Лариса Кудряшова** осенью 2022 года проводила на фронт сына Семена. На гражданке он тушил пожары, в зоне СВО известен как боец «Каспер» - оператор БПЛА.

Мой звонок застал 58-летнюю Ларису Николаевну во время встречи своего воина, приехавшего домой в отпуск. Волнующий момент для матери, которая не понаслышке знает о тяготах военной службы.

- Когда он приехал домой, я была на работе, - говорит она. - Встретил меня с букетом цветов, обнялись крепко. Да, за этой встречей вновь будет расставание, но мы знаем, что он снова вернется домой.

После мобилизации сына Лариса Кудряшова в свой отпуск поехала добровольцем на полевую кухню «Солдатский привал» в одну из южных приграничных станиц, а после - в госпиталь, ухаживать за ранеными бойцами.

- В сутки принимали до 150 раненых. Первым делом каждого нужно раздеть, одежду срезать и сразу ее выбросить, - рассказывала Лариса Николаевна журналистам. - Оказавшись в больнице, бойцы говорили без умолку, выплескивая стресс. За две недели насмотрелась и наслушалась столько душ рвущих историй, но плакать было нельзя, раскисать тоже. Сначала меня учили обрабатывать раны, делать перевязки, уколы, потом уже я учила других...

Сейчас она снова собирается в госпиталь, а летом - на «Солдатский привал». Между делом Лариса Николаевна успевает и внуков приучать к спорту. Сама она занимается бегом, лыжными гонками, стрельбой в тире. Обязательно берет с собой на соревнования детей дочери. Видя так близко от себя «следы» происходящего на передовой, как никогда ценишь простую жизнь со всеми ее заботами и радостями.

## НЕЛЬЗЯ ОСТАТЬСЯ В СТОРОНЕ

Плести маскировочные сети инженер аппарата управления АО «Транснефть - Прикамье» **Лариса Литовченко** научилась с самого начала СВО. Сейчас она - один из инициаторов организации пункта плетения в своей организации. За 6 месяцев команда из 6 женщин и двух мужчин изготовили 25 сетей.

- Плетем в перерыве на обед. Быстро поели - и торопимся к нашим сеткам. Вечерами иногда задерживаемся, - говорит Лариса Литовченко. - Однако начиналось все с храма Воскресения Слоущего в центре Перми, куда мы сначала ездили с подругой на плетение сетей. Может быть, я там и осталась бы, но неудобно было добираться. К тому же на выходные я уезжала к родителям, поэтому в эти дни приходиться плести сети не могла. Со временем мы с коллегами попросили начальство организовать нам цех, и нам пошли навстречу.

Так работа и волонтерство стали единым целым. К тому же с предприятия несколько человек мобилизовались, и плетение маскировочных сетей Литовченко и ее единомышленники воспринимали как возможность помочь ребятам, ушедшим на СВО.

У Ларисы Литовченко двое взрослых сыновей и пожилые родители. Муж умер 12 лет назад...

- Мои парни меня во всем поддерживают, они моя опора, - рассказывает Лариса. - Мое волонтерство они воспринимают как важную часть моей жизни. И я им за это благодарна!



Пресс-служба «Транснефти»

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

# Прощание с вождем и 9,1 миллиона рублей для «Гринписа»

**1953**

Председатель Совета Министров Союза ССР и Секретарь Центрального Комитета Коммунистической партии Советского Союза Иосиф Виссарионович Сталин скончался 5 марта.

А через два дня народ СССР узнал из прессы о реорганизации правительства.

Председателем Совета Министров СССР назначен Георгий Маленков. Его первые замы - Берия, Молотов, Булганин, Каганович.

Президиум и Бюро Президиума объединяются в один орган - Президиум Совета Министров СССР.

Также объединяется и ряд министерств:

Министерство госбезопасности и Министерство внутренних дел - в МВД.

Министерство внешней торговли и Министерство внутренней и внешней торговли.

Министерство машиностроения объединяет сразу четыре отдельных ведомства - министерства автомобильной и тракторной промышленности, машиностроения и приборостроения, сельскохозяйственного машиностроения, станкостроения.

Та же история с Министерством транспортного и тяжелого машиностроения (объединило 4 министерства), Министерством электростанций и электропромышленности (3 министерства - в одно).

Иосиф Виссарионович СТАЛИН



ПОСТАНОВЛЕНИЕ ЧАСЫ ПРОЩАНИЯ

Именно эти новости - на первой полосе.

Но отец народов еще не упокоился в Мавзолее (у Кремлевской стены Сталина перезахоронят в 1961 году). Гроб с телом товарища Сталина выставлен в Колонном зале Дома союзов.

Мастерство фотографа сделало вождя Гулливером в стране лилипутов: руководители партии и правительства скорбной кучкой застыли перед гигантом:

«Войдя в зал, люди с волнением и сердечной болью всматриваются в дорогие, знакомые каждому, незабываемые черты. Сталин лежит, как живой, на своем усыпальном ложе. Скорбные мелодии плывут под сводами зала. Оркестры исполняют траурные мелодии Чайковского, Бетховена, Шопена, Грига.

В четыре часа дня в почетный караул у гроба И. В. Сталина становятся его боевые соратники - члены ЦК КПСС, члены правительства - товарищи Г. М. Маленков, Л. П. Берия, В. М. Молотов, К. Е. Ворошилов, Н. С. Хрущев, Н. А. Булганин, Л. М. Каганович, А. И. Микоян, Н. М. Шверник.

Медленно, в строгом молчании проходят прощающиеся мимо гроба вождя. Идут московские металлурги и машиностроители, железнодорожники и ткачи, ученые и студенты, воины Советской армии и Военно-Морского флота, воспитанники ремесленных училищ и школьники, колхозники Подмосковья. Матери поднимают детей, соседи предлагают руку тем, кого осилило горе. Людская благодарность и любовь к вождю вылились в эти минуты в тихие проникновенные слова: «Родной наш, родной наш». Эти слова шепчет пожилой человек в шинели связиста. Через минуту они слышатся из уст заслуженного генерала, их повторяет совсем юная девушка с книгами в руках.

В эти минуты в Колонном зале чувствуешь себя как бы в центре страны. Все советские люди устремляют свои сердца к месту, где покоится тело вождя. Никогда не забудутся эти часы неизбывной скорби народа, отдающего последний долг своему лучшему другу, учителю, вождю».

**1989**

Ветер перемен дует на наш прекрасный Советский Союз с Запада. И в том числе несет вот такое:

«Вчера в фирменном магазине «Мелодия» в Москве поступили в продажу первые экземпляры двойного альбома «Гринпис - прорыв», на котором представлены лучшие образцы современной западной музыки.

Этому, собственно, была посвящена и пресс-конференция, на которой присутствовали генеральный директор фирмы «Мелодия» Валерий Сухорадо, вице-президент АН СССР Евгений Велихов, исполнители Эдж («Ю-2»), Дэвид Берн и Джерри Харрисон («Токинг Хэдз»), Джон Фарнем, Питер Гэбриэл, Бринзли Форд, Том и Эллена Керри («Томпсон Туинз»), Карл Уаллинджер («Уорлд Парти»), Крисси Хайнд («Притендерз»), Энни Леннокс («Юритмикс»).

Еще в сентябре 1988 года было подписано соглашение с фирмой «Мелодия»,



Мелодии зеленого мира

в соответствии с которым был предусмотрен выпуск пяти миллионов двойных альбомов и миллион комплектов из двух компакт-кассет, на которых были представлены ведущие западные исполнители. 20 процентов от стоимости каждого проданного альбома или кассеты поступают в распоряжение организации «Гринпис».

В конечном итоге эта организация получит 9,1 миллиона рублей и половину средств передаст Международному фонду «За выживание и развитие человечества»...

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

Ведущие рубрики Татьяна АДАБАШ, Елена ПОПОВА.



# НОВЫЙ ТЕЛЕКАНАЛ

# Патриот

СПРАШИВАЙТЕ  
У ВАШЕГО ОПЕРАТОРА  
ПЛАТНОГО  
ТЕЛЕВИДЕНИЯ

PATRIOTKANAL.RU

16+ РЕКЛАМА



Президент США окружил себя красотками.

Максим ПЛОТНИКОВ, Мария БЕРК

Что Дональд Трамп - женолов, объяснять лишней раз не надо. Женат в третий раз, а про его похождения на стороне мы слышали, например, в судах из-за порноактрисы Сторми Дэниэлс, которая получила деньги за молчание об интрижке.

Как сторонник традиционных - в широком смысле - ценностей президент США и на работе окружил себя красивыми дамами.

## Элизабет Пипко: Внучка советского художника

29-летняя Элизабет - пресс-секретарь республиканской партии США. Ее дед - уроженец Белоруссии художник Марк Клионский (жил в Ленинграде, в семидесятые эмигрировал в Штаты). Отец - юрист. Элизабет работала в модельном бизнесе, а заодно окончила школу при Гарварде и Пенсильванский университет.

В 2016 году Пипко присоединилась к предвыборному штабу Трампа как волонтер. Она могла бы дослужиться и до пресс-секретаря Белого дома, если бы не ее «советские корни». Исповедует иудаизм. Ее супруг - специалист по соцсетям, который тоже занимался кампанией Трампа. Поженились они в клубе Трампа в Мар-а-Лаго.



Личная страница Elizabeth Pripko в социальной сети

### ЦИТАТА:

«Мне предлагали карьеру в обмен на постель, но я отказалась - это неправильный путь в жизни».

(Из интервью The Daily Beast.)

## Кристи Ноэм: Крутышка с фермы

Уроженка Южной Дакоты с норвежскими корнями прошла путь от сельского ранчо до кресла министра внутренней безопасности. Ноэм выросла на семейной ферме, ее отец погиб, упав с элеватора. Девушке пришлось взять на себя управление хозяйством.

В 18 лет Кристи победила на конкурсе «Снежная королева штата», где оценивали не только красоту, но и личные качества кандидаток. Она окончила университет и стала бакалавром политологии. Была членом палаты представителей США и губернатором Южной Дакоты. 53-летняя Ноэм в браке с бизнесменом, который занимается страхованием урожая. У них трое детей.

Кристи особенно рьяно борется с нелегальными мигрантами. И мечтает вернуть во все школы обязательную утреннюю молитву.

### ЦИТАТА

«Мы собираемся отправить худших из худших в Гуантанамо, и я лично прослежу, чтобы это было сделано».

(О нелегальных мигрантах - на канале Fox News.)



MediaPunch/Bauer-Griffin/GC Images

# Цветник садовника Трампа

## Мелания Трамп: Смена имиджа

Первая леди США Мелания Трамп удивила публику, придя на прием для губернаторов в Белом доме в черном смокинге. А на совещание в Капитолии по борьбе с фейками она явилась в костюмной тройке, да еще при галстуке.

«Обновление имиджа Мелании носит радикальный характер, - считает стилист Анна Скороходова. - Это может свидетельствовать о том, что она хочет проявить себя на политической арене».

Правда, речь мужа в конгрессе первая леди слушала, будучи облаченной уже в жакет и юбку от Dior. Может, Дональд просто жену пожурит? Дескать, дорогая, ты уж, пожалуйста, как мужик не одевайся!



AFP via Getty Images

## Анна Паулина Луна: Летающая модель

Одна из самых красивых республиканок в палате представителей. Ей 35 лет, и она стала первой американкой мексиканского происхождения, избранной в конгресс от любимого трамповского штата Флорида. Но есть в ее жилах и немецкая кровь.

Семья у Анны была неблагополучная (отец - наркоман). Девушка поступила на службу в ВВС США, занималась обслуживанием аэродромов. Это позволило ей окончить колледж. Затем получила специальность биолога в университете. А еще подрабатывала моделью.

Благодаря своим консервативным взглядам получила поддержку Трампа. Замужем за офицером ВВС США, есть сын.

### ЦИТАТА

«Я мать, ветеран и американка - и я буду защищать свое право носить оружие до последнего вздоха».

(На предвыборном митинге.)



Личная страница Anna Paulina Luna в социальной сети

## Кэролайн Ливитт: Голос Белого дома

27-летняя Кэролайн - самая молодая пресс-секретарь Белого дома в истории США. Ее семья владеет магазином мороженого и автосалоном. Девушка сделала карьеру, получив степень бакалавра по специальности «общественные связи». Устроилась на телеканал Fox News, а оттуда, еще в первый срок Трампа, попала на стажировку в Белый дом. Так все и завертелось.

Ливитт замужем за миллионером-девелопером, который старше ее на 32 года. В прошлом году Кэролайн стала матерью, родился сын. Она убежденная католичка - носит на шее крест.

### ЦИТАТА

«Вы хотите пилота, который может посадить самолет, или пилота с определенным цветом кожи?»

(О политике «инклюзивности» - на первом брифинге в Белом доме.)



Yuri Gripas/Abaca/Bloomberg via Getty Images

## Тулси ГАББАРД: Пацифистка в нацразведке



Eisen/Bloomberg via Getty Images

Глава Национальной разведки, объединяющей все американские спецслужбы, родилась в Океании, в Американском Самоа, а росла на Гавайях. 43-летняя Тулси - индустка. А еще пафистка, хотя в нацгвардии дослужилась до подполковника, поскольку в качестве военного врача участвовала в операциях в Ираке и Кувейте. Из-за стресса, связанного с впечатлениями от ужасов войны, она развелась с первым мужем-антипацифистом и получила седую

прядь, которую специально не закрашивает как напоминание о военных кошмарах.

Габбард вошла в большую политику через палату представителей. Она летала к Башару Асаду в Сирию на переговоры и попала на экстремистский сайт «Миротворец» как «русский агент», потому что говорила об истинных корнях украинского конфликта. Супруг Габбард - фотограф, оператор. А по хобби серфер - как и сама Тулси.

### ЦИТАТА

«Наша свобода дана нам Богом, а не человеком или правительством, и никто не имеет права ее отнять».

(На политической конференции консерваторов.)



Анна КУКАРЦЕВА

В начале марта отмечают Всемирный день иммунитета. Казалось бы, за последние сто лет наука узнала о нем если не все, то очень многое. При этом до сих пор вокруг нашей защитной системы, главного щита от бактерий и инфекций, ходит множество мифов.

Чтобы развенчать некоторые из них, мы поговорили с Антониной ПЛОСКИРЕВОЙ, д. м. н., профессором, заместителем директора по клинической работе ФБУН ЦНИИ эпидемиологии Роспотребнадзора.



Антонина  
Плоскирева.

**«Весной нужно пить витамины»** **Миф**

# Поднять иммунитет: миссия невыполнима

Чем можно, а чем нельзя укрепить здоровье, чтобы болеть пореже.



Светлана МАКОВЕЕВА/«КП» - Самара

**Правда** - Еще лет сто назад такая формулировка была бы уместна. Действительно, весной, когда запасы квашеной капусты, моченых яблок, корнеплодов подходили к концу, у многих жителей средней полосы наблюдался дефицит витаминов и минеральных веществ. Но сейчас, когда в магазинах круглый год ягоды, фрукты и свежие овощи, это не совсем верное утверждение. Да, если человек простужался за зиму несколько раз и витаминный комплекс назначил врач, то стоит прислушаться.

Но «на всякий случай» - нет смысла. Мы получаем все необходимые вещества из сбалансированного питания.

**Правда**, есть состояния, когда дополнительно необходимы те или иные вещества. Например, при анемии - железо, при расстройстве работы желудочно-кишечного тракта - витамины группы В. И так далее. Но, прежде чем назначать самому себе какие-либо «витаминки», необходимо обследоваться. Что именно проверить, назначит врач. Как и необходимые дозировки препаратов.

**«Делай зарядку - и иммунитет окрепнет»** **Миф**

**Правда** - Сама по себе постановка вопроса об «укреплении» иммунитета уже неверна. Иммунная система находится в балансе. Она одновременно должна бороться с бактериями и вирусами, давать на них адекватный иммунный ответ, но при этом не быть агрессивной по отношению к собственным здоровым клеткам, чтобы не спровоцировать развитие аллергии или аутоиммунных заболеваний. Кроме того, наш иммунитет состоит из множества составляющих. Например, в регуляции защитных сил организма принимают участие различные органы, начиная от кожи и слизистых, заканчивая тимусом (вилочковая железа. - Ред.) и кишечником. А еще это образ жизни.

На иммунитет могут воздействовать множество факторов - не только сезонный подъем заболеваемости ОРВИ,

но и нерациональное питание, нехватка сна, гиподинамия.

Поэтому уместнее говорить не об укреплении иммунитета, а о здоровом и бережном отношении к себе. И в этом случае утренняя зарядка как раз очень хорошая помощь - даже 15 - 20 минут физических упражнений в день помогают лучше работать сердечно-сосудистой системе и иммунитету в целом.

Ну и конечно, не стоит забывать о сбалансированном питании (см. предыдущий пункт). Здоровом сне (не меньше 6, но не больше 9 часов в сутки). И минимизации стрессов. В нашей жизни это не так легко сделать, поэтому важно найти свой способ расслабления - для кого-то это прогулки, для кого-то - любимое хобби, общение с близкими и т. д. Это кажется очевидным, но действительно здоровый образ жизни - лучший способ «укрепить» иммунитет.

**«Сколько ни делай прививки от гриппа, все равно заболеешь, они только иммунитет сажают»** **Миф**

**Правда** - К сожалению, это очень распространенное мнение. Прививка от гриппа подвергается нападкам, потому что после нее люди довольно часто болеют ОРВИ. Не гриппом, а другими острыми респираторными инфекциями, которые по клиническим проявлениям близки к гриппу (повышение температуры тела, кашель, насморк и т. п.). Но почему-то есть стойкое убеждение, что прививка должна защищать от всего. Нет. Но благодаря прививке от гриппа наш иммунитет получает возможность сразу распознать именно этот вирус, быстрее и мощнее включить защиту. И таким образом избежать осложнений.

Но прививка против гриппа не работает в отношении других вирусов: парагриппа, риновирусов, аденовирусов - их несколько сотен циркулирует в популяции в сезон простуд. К сожалению, заболевшему человеку это объяснить сложно.

**«Закаливаться нужно с детства, во взрослом возрасте это только навредит»** **Миф**

**Правда** - Закаливание, если подходить к нему грамотно, полезно в любом возрасте. Конечно, мы чаще слышим советы по закаливанию маленьких детей, потому что их иммунитет еще не сформирован до конца и родители озабочены его состоянием. Но и на взрослых закаливание оказывает положительное влияние. Но не нужно бросаться в прорубь с головой. Начинайте с обливания ног прохладной (не холодной!) водой, постепенно уменьшая температуру. Затем переходите к прохладному душу.

**«Если простужаешься часто, значит, иммунитет плохой»** **Миф**

**Правда** - Говорить о плохом или хорошем иммунитете на основании частоты простуд некорректно. Он такой, какой есть. А частота и тяжесть ОРВИ могут зависеть от вирусной нагрузки (сколько частиц вируса попало в организм), общего состояния организма (были ли вы в тот момент выпавшийся, сытый и расслабленный). А также сопутствующих патологий. Например, наличие у пациента сахарного диабета, хронической обструктивной болезни легких и других тяжелых диагнозов влияет на сопротивляемость инфекциям. Именно поэтому врачи всегда советуют хронически больным людям обязательно прививаться от гриппа и пневмококковой инфекции.

**«Правильными продуктами можно укрепить защиту организма»** **Миф**

**Правда** - Отчасти это так. Как мы уже говорили, для иммунной защиты очень важно сбалансированное и разнообразное питание. Продукты с пробиотиками (квашеная капуста, йогурты и другие кисломолочные продукты) благотворно воздействуют на микробиом - содружество бактерий, обитающих в кишечнике человека - один из важнейших компонентов иммунной системы.

Однако иммунитет - это не только правильное питание. Не менее важны и другие его компоненты, то есть здоровый образ жизни в целом.

## Читатели рекомендуют

**«Блокнот здорового человека» от авторов бестселлера «Обман веществ»**

★★★★★ Надежда:

Этот ежедневник мне посоветовал врач. Каждый день записываю туда, что ем, подсчитываю количество воды и белков, параметры тела. И сама вижу прогресс в похудении, и доктору легче следить за моим здоровьем.

★★★★★ Екатерина:

С таким дневником легче худеть. Фиксирую, сколько калорий сегодня слопала, подвожу итоги, вижу свои ошибки. Есть полезные рекомендации. В комплекте набор смешных стикеров - спасибо, мотивируют!

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

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



Реклама, 16+



Миф

Миф

Миф



# Мужчина, хотя бы раз в год, накануне 8 Марта, подвинь диван!

Ольга КОЧУРОВА

Каждая женщина мечтает о том, чтобы мужчина взял ее на руки, бросил на кровать и... прибрался дома, пока она спит.

И это не шутка. Мы, женщины, работаем, заботимся о детях, готовим первое-второе-и-компот. И вот, когда уже можно полежать, видим то, что недоступно взглядам остальных членов семьи: на полу мусор, который невозможно перешагнуть, на полочке пыль скопилась, на сушилке - гора одежды, а в кухонной раковине - невымытая посуда.

Не, мы не жалуемся. Но иногда. Хотя бы раз в год. Хотя бы 8 Марта так хочется скинуть тяжесть домашних забот со своих плеч.

И вот тут-то, мужчины, ваш выход!

А идеи, как порадовать свою единственную в Международном женский день, можно найти у **Аиды Синициной**. Она плохого не посоветует. Во-первых, потому что тоже женщина. А во-вторых, автор книги «Легкость быт и я», в которой в доступной и порой шуточной форме учит серьезным вещам: как сэкономить силы на уборку дома. Книгу выпустило издательство «Комсомольская правда». И она сразу же стала хитом продаж.

## РАСХЛАМИТЕ СВОЙ УГОЛОК

- Если бы мой муж сказал, что хочет сделать мне приятное, я бы сразу его попросила разобрать тот самый мужской шкаф (балкон, стол), где хранятся дорогие мужскому сердцу безделушки, - говорит наш эксперт по уборке. - Там до сих пор лежат видеокассеты с Брюсом Ли, значок ГТО, модельки танчиков, которые собирал еще в детстве, а также набор блесен,

Подсказываем, чем вы еще можете порадовать свою любимую.



Не хочешь убирать сам - закажи клининг. Но ведь со шваброй мужчина выглядит очень привлекательно!

гаек и прочих очень нужных вещей, что ни разу в жизни не пригодились.

Недавно мой муж искал в своем шкафу какую-то детальку и вдруг решил выкинуть лишнее. Набрал три мусорных пакета! А потом ходил, радостно потирая руки: «Это ж сколько новых нужных вещей можно будет сюда положить!»

А я испытала счастье от того, что он сам начал расхламление.

И да. Одежду из своего шкафа тоже не забудь перебрать. И выкинуть наконец «футболку, которую купил на первую зарплату, она дорога мне как память, ну и что, что я в нее уже не влезу и она дырявая».

И когда мужчина переберет свои вещи в шкафу - это признание в любви наравне с тюльпанами и прочими материальными подарками.

## КУПИТЕ ГАДЖЕТЫ

- Понятно, что у всех разный бюджет, - продолжает Аида Синицина. - Но мно-

гие дамы оценят, если вместо цветов (или вместе с ними) им подарят гаджет. Например, робот-пылесос со станцией, который сам выдвигается в нужное время, сам моет свои тряпочки. И можно месяцами не прикасаться к нему, только менять воду. А есть и такие, которые подключаются к канализации, и робот сам наливает и сливает воду для мытья полов.

Очень нужен каждой женщине вертикальный беспроводной моющий пылесос, который может одновременно собирать мусор и тут же мыть пол. И тогда не нужен пылесос для сухой уборки или робот-пылесос, все эти веники, совки, щетки. Он стильный, легкий и маневренный. При этом сам свои валики сушит, стоит только кнопку нажать.

Чем не подарок? «Дорогая, быт может быть легким! Сам я занят, зато обеспечил тебя пылесосом, сушильной машиной, посудомойкой, аэрогрилем...»

И тогда твоя женщина понимает, что 8 Марта - не один день в году, когда ты о ней заботаешься. Ты обеспечил ее хорошим настроением на несколько лет вперед.

## ЗАКАЖИТЕ КЛИНИНГ

- Правда, у нас женщины в таких случаях начинают говорить: «Ты что, чужих людей в дом пускать нельзя, а если украдут, сломают?.. И надо бы прибраться перед их приходом, а то стыдно-то как!» Поэтому сделай так, - советует Аида. - «Вот, дорогая, тебе сертификат на массаж. Или езжай в баню. Или в караоке с подругами. Я потом к вам приеду и по домам всех развезу». И пока ее нет - вызываешь и оплачиваешь клининг.

Поверьте, это классный подарок.

## ПРАЧЕЧНАЯ

- Мужчины это не используют, но я считаю, что это тоже очень по-мужски. Прачечные-химчистки есть практически везде. Предупреди жену заранее, чтоб выгребла пледы, крупные одеяла, шторы. Везешь их туда, за сравнительно небольшие деньги все вещи стирают, высушивают, утюжат, упаковывают. Даже могут доставку организовать. А потом женщина открывает шкаф и думает: «Как же я

## ПО ПУНКТАМ ПО ТЕХНИКЕ «ПОМИДОРА»

А если серьезно, ты можешь помочь жене с уборкой не только 8 Марта. Вот несколько идей:

- 1 Разделите обязанности так, чтобы каждый занимался тем, что ему проще и приятнее. Например, один может пылесосить, а другой - мыть полы.
- 2 Составьте план уборки. Распределите, какие работы и в какие дни будут выполняться, чтобы не перегружать друг друга. Это поможет также не забыть о важных мелочах.
- 3 Используйте технику «помидора» (термин из тайм-менеджмента), где вы работаете над уборкой определенное время, например 25 минут, затем делаете короткий перерыв. Это сделает процесс менее утомительным и более структурированным.
- 4 Превратите уборку в совместное занятие. Включите любимую музыку или аудиокнигу, говорите и смейтесь во время работы, чтобы процесс был менее рутинным.
- 5 После уборки предложите провести время вместе: посидеть за чашкой чая, посмотреть фильм или заняться чем-то, что принесет радость.

Это поможет создать положительные ассоциации с уборкой и стать совместной традицией.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

тебя люблю, как же мне повезло с мужем!»

## А ЕСЛИ НЕТ ДЕНЕГ?

Тогда просто подойди и спроси: «Чем тебе помочь? Какую тяжелую работу ты мне можешь поручить?» Поверь, она найдется. Снять тяжелые шторы, а потом их развесить после стирки. Отодвинуть холодильник и промыть за ним. Или диван! Их же годами не двигают! А за ними столько всего копится. Раз в году 8 Марта настоящий мужчина двигает диван. И убирает за ним фантики и пыль. Все это пылесосит, жене демонстрирует и говорит: «Ты посмотри, какой я молодец».

## ПОДСКАЗКА «КП» Для «хозяйек здорового быта»

А может, погадаем на картах? Только не на червонного валета, а на... уборку! «Хозяйка здорового быта» - первая в России колода карт, которая поможет поддерживать порядок в доме и существенно облегчит быт. Создатель колоды - эксперт по клинингу № 1 в России с 20-летним опытом Аида Синицина убеждена, что уборка может быть легкой, когда знаешь, чем и как убирать.

Вытаскиваешь карту - и вот тебе подсказка, чем сегодня заняться. Каждая из 60 карт содержит простой и эффективный совет для поддержания уюта. Пять минут в день на выполнение задания - и вот дом сияет, уборка превращается в удовольствие, а

не в рутину. А если особо повезет - вытаскиваешь карту с шуточным заданием типа «Пыль лежит, и ты лежи». Ну прелесть же?

А можно в эти карты играть. Пусть каждый член семейства выгадит по одной. Только, чур, не мучить! «Тебе, сынок, досталось вынести мусор. Ты, доченька, сейчас переберешь только одну полку. Папе - помыть окно. Хотя бы изнутри, если на улице холодно. А маме - сходить на концерт».

Эти карты - очень хороший подарок не только жене, но и маме, сестре, подруге. Но что-то нам подсказывает, что играть в них лучше вместе.



Купить книгу и карты можно по ссылке



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



Реклама, 16+



**Дарья ЩЕРБИНИНА**

К Дню влюбленных в феврале мне подарили роскошный букет, но спустя двое суток в вазе у меня стоял пожелтый венчик. Только пожаловалась на это коллегам, как от редактора прилетело задание: а отправляйся-ка ты, Даша, работать в цветочный магазин. Заодно и расскажешь мужчинам к 8 Марта, как выбирать подарок так, чтобы он радовал гораздо больше. И как несведущих покупателей могут обмануть флористы.

И вот я вышла на работу в один из крупных магазинов помощником флориста. Моя наставница Екатерина предупредила: две недели будем активно учиться, а ближе к 8 Марта меня уже отправят в свою смену: время горячее, магазин будет работать почти круглосуточно.

**Наш корреспондент поработала в цветочном магазине и узнала, как купить к 8 Марта цветы, чтобы они простояли максимально долго.**

# Устрою розе ШОК - поставлю в кипяток!



Подаренные от души - все букеты хороши!

**БУДЬ В КУРСЕ**

## Чтобы продержались дольше

- ✓ Дома подрежьте концы стеблей под углом и не размещайте вазу у батареи или на сквозняке.
- ✓ Ставьте букет только в холодную воду, а чтобы она не загнивала, добавьте рюмку водки, щепотку янтарной кислоты или таблетку активированного угля (если ваза непрозрачная). Еще можно купить у флористов специальное средство «Кризал».

- Сейчас любят брать не букеты, а цветочные композиции в коробках. Для нас это выгодно - отправляем туда сломанные цветы, поврежденные, если совсем обломался под бутон - можно на зубочистку насадить. Гвоздики, например, так чиним. Но коробочные букеты это не так уж плохо. Ну да, цветы сломанные, но свежие же. И в таком виде они дольше хранятся, требуют меньше ухода. Хотя с большим букетом по роскоши ничего не сравнится.

**ВТОРАЯ МОЛОДОСТЬ**

Начинается обучение в холодильнике с цветами. Температура здесь около 5 - 6 градусов.

- Поставки примерно раз в неделю, остальное время цветы хранятся в морозильной комнате. Утром надо ассортимент проверить и, если увидишь те, что начали подгнивать и портиться, включаешь в букеты в первую очередь.

Оказывается, почти всем цветам можно вернуть молодость. Самый простой способ - оборвать увядшие лепестки и побрызгать из пульверизатора, освежая вид.

- Но розы у нас обычно быстро разбирают, мы их по акции отдаем уже через 3 - 4 дня хранения. Покупатели привередливые. Начинают отказываться от роз с блеклыми лепестками по краям. Но это же защитная рубашка, мы ее при продаже убираем, зато внутри цветок не портится, - делится секретом Екатерина. - Кстати, оживить розу или хризантему способна шоковая терапия. Если цветок увядает, его можно поставить в кипяток на несколько секунд.

Спрашиваю: как не купить гниль?

- Чаще всего достаточно просто понюхать цветы. От растений не должно пахнуть затхлостью. Еще дома обязательно нужно подрезать стебли, чтобы они лучше поглощали воду.

**МАСКИРОВКА РОСКОШЬЮ**

- А теперь собираем букет, - Екатерина вытаскивает из ящика столы ленты, украшения и несколько наборов блесток. - Всегда есть «одноразовые» посетители, торопыги. Вот для них - композиции с витрины. Опавшие лепестки пригодятся - их наклеим прямо на бутон. А сверху блестками припудрим: такое «дорого-богато» продать легче.

За полдня в магазине покупателей немного.

Я пока только слушаю, как Екате-

рина общается с клиентами. Сразу замечаю разницу.

- У нас есть постоянные покупатели: кто-то работает рядом, постоянно букеты на праздники берет, кто-то живет поблизости. Постоянным я брак не продам, нам же нужно, чтобы возвращались. А перед праздниками случайных людей много - есть шанс сбыть все, что есть на складе.

**МАДАМ КОРОБОЧКА**

После обеда у меня еще один урок: делаем коробочки с цветами.

**■ ЕСТЬ ВАРИАНТ**

## Дарить ли цветы в горшках?

**Фитодизайнер, владелица цветочного магазина, автор книги «Цветок в горшке» Ксения ЗАНИНА:**

- К 8 Марта актуальны первоцветы в горшках: это тюльпаны, нарциссы, мускари, примулы. После того как они отцвели, луковицу можно высадить в

саду или даже просто у подъезда - через год цветок снова наберет силу и напомнит о прекрасном подарке. Если же выбираете растение более долговечное, можно обратить внимание на пеларгонии, орхидеи или спатифиллум (в народе его также называют «женское счастье»). Особая прелесть - это растения, которые вообще жи-

вут без грунта - те же орхидеи Ванды и тилландсии, за ними просто ухаживать, а радовать они будут долго. Только позаботьтесь о хорошей утепляющей упаковке и лучше всего приобретайте растения либо в интернете у садоводов, либо в небольших цветочных магазинах, а не в гипермаркетах, где растения могут быть заражены.

**ВМЕСТО ВЫВОДА**

За неделю работы я вот что поняла:

- Не покупать готовые букеты с витрины.
- Не вестись на яркие тренды: например, синие и модные радужные розы оказались просто подкрашенными цветной водой.
- Выбирать естественность: вместо блесток и украшений в букет лучше включить зеленые веточки или сухоцветы.



Какой маникюр будет в моде этим летом - читайте на сайте

# НЕТ СИЛ ТЕРПЕТЬ НЕДЕРЖАНИЕ? РЕШЕНИЕ НАЙДЕНО!

**ВОПРОС ЧИТАТЕЛЯ:** «Очень нужен совет! Чихнуть, покашлять невозможно - сразу подтекание. Смеяться не могу, да и как смеяться, если тут же все выливается. От запаха не знаю, куда себя деть, страшно и стыдно даже просто выйти из дома... Ни одно средство не спасает! Скажите, может быть какие-то способы уменьшить недержание?» Татьяна, 68 лет

**СОВЕТ ЭКСПЕРТА:** Страх оказаться в неловкой ситуации, подавленность и одиночество - лишь часть того, с чем каждый день приходится мириться женщине при недержании, но бездействие может стать причиной пролежней, инфекций и болезненных воспалений по всей мочеполовой системе. Не доводите до опасных осложнений! Взять под контроль женское недержание можно

в любом возрасте, если устранить главную причину - слабость мышц тазового дна. **КАК ЭТО СДЕЛАТЬ?** К счастью, для женщин с недержанием появилось новое европейское средство «СТОПинор». Этот натуральный продукт, не имеющий аналогов, поможет подтянуть и укрепить мышцы тазового дна в домашних условиях **БЕЗ ЛИШНИХ УСИЛИЙ.**

«СТОПинор» содержит запатентованный комплекс «Дропсордрай» из натуральных растительных экстрактов со строго определенными пропорциями генистеина и энтеродиола. Эта комбинация увеличивает выработку собственного особого коллагена, подтягивающего ослабленные мышцы, благодаря чему уменьшается слабость мочевого пузыря, а мышцы тазового дна приходят в норму. Так можно **увеличить интервалы между позывами, избежать подтеканий, недержания и частых ночных походов в уборную.** «СТОПинор» - это долгоданный и простой способ вернуть спокойствие и комфорт в жизнь женщины.

**СКИДКА + ПОДАРОК\*** при покупке в течение 7 дней

**STOPINOR® LADY'S FORMULA**

Support for proper functioning:  
• For urinary incontinence  
• Bladder  
• Lower urinary tract

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

или **\*2031** (только с мобильного)

Ваш код подарка «ТОЛЬКО ДЛЯ ЖЕНЩИН»

\*При покупке 3 упаковок. Необходима консультация специалиста. БАД. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 1217700093159, 127287, г. Москва, Петровско-Разумовский пр., д. 29, стр. 4, этаж 1, пом. 1, комн. 28. СРП № RU.77.99.11.003. R.003356.09.22 от 23.09.2022 г. Акция действует с 01.03.2025 по 01.09.2025 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел. 8-800-100-55-60. На упаковке: STOPINOR LADY'S FORMULA - Стопинор женская формула. РЕКЛАМА.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

**Знаменитые мужчины и их тещи, в которых они души не чают.**

# Его вторая мама

Начало темы на < стр. 1.

**Ирина ВИКТОРОВА**

В этих семьях зять и теща - добрые друзья, у которых всегда есть, что обсудить. Они заботятся друг о друге и никогда не ссорятся.

## Андрей Малахов и Тамара Константиновна

Телеведущий иногда обращается к своей теще Тамаре Константиновне прямо с экрана. Так, недавно Малахову подарили в эфире самодельный инструмент для прополки грядок, и Малахов сразу нашелся: «Теще повезу! Тамара Константиновна, едем к вам!» Теща Малахова - топ-менеджер медиахолдинга, которым руководит ее муж. Работа хлопотная, но она находит время, чтобы посмотреть эфиры зятя. Женщина никогда не сомневалась, что он достойная партия для ее старшей дочери.

У Андрея Малахова и Натальи Шкулевой подрастает 7-летний сын Саша. Каждую субботу они приезжают

Стаж 14 лет



Андрей с женой и ее родителями.

из своей московской квартиры в подмосковный дом к тестю и теще с ночевкой. Случалось даже, что теща передавала любимому зятю на работу супчики.

Личная страница Андрея Малахова в социальной сети



Стаж 1,5 года

Мама Вики приняла Сашу как сына.

## Саша Петров и Татьяна Олеговна

В марте сбудется самая большая мечта актера Саши Петрова - он впервые станет отцом. Его жена Виктория ждет сына. У ее мамы Татьяны Олеговны Лесковой трое детей. Но теперь женщина говорит, что их четверо - зять Сашу она называет сыном. Каждый отпуск актер снимает на Мальдивах две виллы: для себя с женой, а рядышком - для тещи и тестя.

Если актер не на съемках,

раз в неделю все вместе ужинают дома у родителей Виктории. Кстати, Петров познакомился одновременно и с будущей женой, и с будущей тещей. В ресторане на Патриарших прудах Александр ужинал с друзьями, а Виктория с мамой сидели за соседним столиком. Петров заметил девушку, подошел... Так и сорвал джекпот.



Стаж 5 лет

Илья и теща Юлия почти ровесники: ему 51, а ей 54.

## Илья Авербух и Юлия Арзамасова

Продюсер, хореограф, фигурист Илья Авербух называет свою тещу, маму жены, актрисы Елизаветы Арзамасовой, просто по имени - Юлией. Ведь Илья и Юлия почти ровесники. Авербух и его жена много работают, и в это время Юлия помогает дочери и зятю с их двумя маленькими детьми.

Юлия Арзамасова с юных лет дочери ее директор, а теперь лучшая подруга и помощница. Она частая гостья в доме зятя, они вместе и на отдыхе, и на праздниках. Авербух о теще отзывался с уважением: «Мама Лизы очень деликатна - никогда не вмешивается в нашу жизнь. Это самая образцовая теща, которая только может быть. Хотя слово «теща» мне кажется странным. Это друг, товарищ и очень мною уважаемый человек, так как она подарила мне мою любимую жену».

Личная страница Елизаветы Арзамасовой в социальной сети

## Владимир Пресняков и Нина Антоновна



Стаж 15 лет

С Ниной Антоновной Владимир нежен и заботлив.

Мама певицы Натальи Подольской Нина Антоновна переехала из Могилева в Москву к дочке, когда та рожала старшего сына десять лет назад. «У мамы квартира недалеко от нас, но чаще она живет с нами, - рассказывала Наталья «КП». - Мы живем в доме, многие бытовые, хозяйственные вопросы контролирует мама, а мы порой даже не знаем, какие проблемы по этой части решаются. Еще мама помогает экономить, самостоятельно ухаживая за нашим садом. Ей уже 75 лет, поэтому с детьми ей помогают две няни, которые работают по очереди». Владимир Пресняков-мл. рад,

что может доверить контроль за домом и сыновьями теще, и всегда был за ее проживание в доме. Нина Антоновна зятя ценит, уважает и любит. Отношения у них неформальные: он называет ее Нина, а она его - Володя.

«Володя позитивный, романтический человек. Как-то мы вместе погуляли, и вдруг Володя куда-то засобирился. Когда я пришла в свою комнату, на кровати лежал букет сирени...» - рассказывала Нина Антоновна. Тут вся соль в том, что когда-то сирень каждую весну женщине дарил супруг, погибший в ДТП 19 лет назад. Вот почему она была так расстроена жестом зятя.

Личная страница Натальи Подольской в социальной сети

## Иосиф Пригожин и Галина Николаевна

«Обожаю свою тещу! - говорит продюсер Иосиф Пригожин о маме жены, певицы Валерии, и часто называет мамой. - Она с нами все время путешествует, мы ее никогда одну не оставляем. 20 лет назад Лера привезла меня с ней знакомить. Мы застряли друг напротив друга в коридорчике, не могли разминуться. И она вдруг посмотрела мне в глаза и сказала: глаза добрые. Я понял, что остаюсь в этой семье».

Теща продюсера раньше трудилась преподавателем в музыкальной школе Актарска, теперь она московская пенсионерка - чрезвычайно активная: хлопочет по хозяйству, много читает, учит иностранные языки. Зять часто приезжает на обед, может и лампочку поменять, и с выбором нового костюма помочь. «Она умная, образованная, культурная, с ней интересно», - не нарадуется Пригожин.



Стаж 21 год

Иосифа восхищают интеллигентность и образованность мамы жены.

Личная страница Валерии в социальной сети

## Николай Сердюков и Инна Булатовна



Стаж полгода

Недавно они даже отдохнули вместе в Омане (слева молодые с Колиной мамой, теща блогера справа. В центре младшая дочь Ксении с подругой).

Блогер Николай Сердюков и телеведущая Ксения Бородинна поженились летом, но мужчина давно на короткой ноге с тещей (юридически - будущей) Инной Булатовной, поскольку они уже полгода живут под одной крышей. Николай по вечерам играет с тещей в настольные игры, помогает выбирать сериалы, разобраться с гаджетами. В общем, общий язык нашли быстро. И уже души друг в друге не чают.

Личная страница Ксении Бородинной в социальной сети





# Корпоратив? Со своим самоваром!

Александра ЗАЙЦЕВА

Сегодня во всех офисах и конторах необъятной страны будет одна и та же картина. С рабочих столов сдвинут компьютеры, нарежут сыр и фрукты, закажут пиццу, откроют шампанское. А дальше - как пойдет. Бывает, что и остро сюжетно. И это, конечно, повод поспиховать для тех, чьи мужья, жены, бойфренды и подруги нарядились в люрекс и галстуки и отправились на такие мероприятия. А ты сиди и дергайся, кто там вокруг твоего (твоей) увивается. А уже завтра будем, краснея, смотреть ролики на всех ноутбуках и смартфонах страны. Как Пал Палыч из отдела снабжения с Марьиванной из бухгалтерии выпили лишнего, и...

Еще тревожнее, если организация у вашей половины небедная, и они всем коллективом загуляли в ресторане или в парк-отеле. А ваша участь - обнять с телефоном и ждать вестей.

Не потому ли корпоративы проводят в основном только дважды, на Новый год и на 8 Марта. Если чаще - ни одна психика не выдержит. Наши читатели в соцсетях делятся историями, как пережить это нервное время.

## ПЛЕННЫХ НЕ БРАТЬ!

Дарья:

«У нас депутаты много чего запрещают, а корпоративы ограничить почему-то не додумались. Я лично не вижу в них ничего веселого. Половина коллектива чувствует себя скованно в присутствии начальства, вторая половина напивается за пять минут и творит разные вещи, о которых потом все коллеги сплетничают. У меня первый брак распался из-за служебной гулянки. Бывший ушел туда к восьми вечера, обещал мне звонить, но ни разу не набрал. Вернулся в 6 утра потрепанный, без пиджака, пропахший дешевыми духами. Ситуация была настолько очевидной, что у нас дошло до развода.

Второй брак меня абсолютно устраивает. Я себе пообещала беречь его всеми силами. Год назад на 8 Марта у мужа на работе устроили корпоратив с выездом в отель за город на сутки. Мол, вечером в ресторане посидят, а утром по лесу на лыжах погуляют. Договорились, что меня он возьмет с собой. И вдруг в последний момент любимый начал юлить: начальство не одобрит, не приято, неудобно...

Я решила - ну уж нет, второй раз я на эти грабли не наступлю. Ничего ему не сказала, а просто забронировала себе номер в том же отеле. И пока он туда добирался на корпоративном автобусе, я успела не только доехать до места на нашей машине, но и привести себя в боевую форму. Мини, декольте, чулки, шпильки - все из разряда «пленных не брать!». В конце концов это ведь у меня 8 Марта, а не у него.

Хлебнула шампанского, которое привезла с собой, поймала кураж и двинулась к ним в зал. Зашла так, что на меня посмотрели абсолютно все. Муж даже удивиться не успел - я потащила его танцевать. Заггла как могла, не дав ему возможности ворчать и обижаться.

А когда супруг разглядел, как на меня глазаю остальные мужчины, то он вообще забыл, что хотел меня отругать. Потом я пела в караоке, взбравшись на барную стойку, а муж дежурил внизу, охранял вид на мои ноги и отгонял любопытных. Потом среди ночи мы пошли кататься на ледянках и залили шампанским шубу его начальницы. Под утро была баня - с удовольствием похлестали друг друга веником. Одним словом, я устроила ему те эмоции, которых он ждал от корпоратива. Заодно отношения освежили.

## А ЕЩЕ БЫЛ СЛУЧАЙ

Реальное письмо, разосланное по внутренней почте в одной дружественной нам организации:

«Коллеги! Только не ржать. Кто вчера на корпоративе потерял у лифта вставную челюсть - зайдите в бухгалтерию, заберите».

Теперь он не знает, каких еще сюрпризов от меня ждать. Помоему, ему это нравится».

## КЛИН КЛИНОМ

София:

«Любая из нас нервничает, когда муж уходит в такое место, где много выпивки и чужих женских коленок под общим столом. Да, мы себя убеждаем, что если схема измен не отработана, то вот так с ходу изменить нереально. И все-таки накручиваем в уме разные ужасы. Как выражается мой: «Ну что ты там опять масло в голове гоняешь?»

Чтобы не мучиться самой и не раздражать подозрениями его, я выбрала другую стратегию. Корпоратив? Конечно, иди, развейся! Я абсолютно не против! А сама улыбаюсь, хватаюсь за телефон и как бы срочно что-то кому-то пишу. А потом у него на глазах открываю шкаф и начинаю выбирать юбку поярче и покороче, примерять парадно-выходные сапоги, крутиться у зеркала и суеиться с щипцами для укладки локонов.

Посмотрев на это, муж занервничал. Пять раз переспросил: «Ты точно с подружками в кафе собралась? Смотри, позвоню, проверю! В 11 чтоб дома была!» И действительно, несколько раз звонил. Я, конечно, изо всех сил старалась, чтобы он слышал в трубке наш с девочками хохот, а главное - фон из мужских голосов по соседству. Он же не знал, что это совсем посторонние голоса.

Муж у меня и без того мнительный. А тут ему стало вовсе не до загулов. Не дожидаясь 11, бросил свой корпоратив и приехал за мной в кафе.

Совесть меня абсолютно не мучает».

Катерина МАРТИНОВИЧ/«КП» - Москва



10 - 16 марта

ГОРОСКОП

Подготовила Евгения АН.

## Овен



Хватит мечтать о переменах - действуйте! Хотите новый проект, другую работу или переезд? Вперед! Вам сейчас все по плечу. И у вас хватит сил не только начать что-то новое, но и довести свою инициативу до конца. И результат окажется ошеломительным в самом хорошем смысле этого слова.

## Телец



У вас наступил очередной пик интеллектуального развития. Именно сейчас лучше всего погрузиться в обучение, заняться повышением квалификации, а если для вас это актуально, то и научной деятельностью. Все будет даваться проще, чем вы себе представляли.

## Близнецы



Вы от природы азартны и сами себе делаете вызовы, чтобы посмотреть, на что вы на самом деле способны. Хорошая новость: на этой неделе можно проверять себя на прочность - вы окажетесь куда успешнее и сильнее, чем сами о себе думали. Только не перестарайтесь.

## Рак



На этой неделе стоит быть активными и инициативными - переделаете столько дел, что сами удивитесь. Правда, предпочтение лучше отдавать делам уже начатым, новые пока отложите. Хорошо заниматься анализом - разберите свои прошлые ошибки, сделайте выводы и в следующий раз поступайте мудрее.

## Лев



«Погода в доме» и ваша личная жизнь полностью будут зависеть от вас и вашего поведения. Вы будете руководить всем происходящим. Проявляйте заботу, разрешайте конфликтные ситуации миром, покажите близким, что они вам важны. И все ваши усилия окупятся в стократном объеме.

## Дева



Наконец-то можно потратить деньги на что-то приятное. У вас будет возможность не считать каждую копейку (хотя вы все равно это сделаете) и совершить несколько крупных и важных покупок. Главное, не перестарайтесь, отдавать последнее все-таки не нужно, сохраните финансовую подушку нетронутой.

## Весы



Предстоит неделя, которая не предполагает великих свершений. Она будет целиком и полностью посвящена мелким делам и заботам, коих накопилось великое множество. Принимайтесь за их выполнение - вам доставит удовольствие завершать все эти дела. Давно пора.

## Скорпион



Помните, на прошлой неделе дела шли ни шатко ни валко? Это в прошлом! Не бойтесь заниматься на этой неделе важными делами - у вас все получится. И найдите время для встречи с друзьями - это поможет вам расслабиться и прогнать из головы навязчивые мысли.

## Стрелец



На этой неделе нужно брать бразды правления в свои руки. По крайней мере на работе уж точно. Сидеть на скамейке запасных и ждать, когда вас позовут на поле, - это совершенно не ваша история. Вы в ударе и можете повести за собой людей к быстрому и успешному достижению цели.

## Козерог



Вас работой не напугать. И на этой неделе ваш профессионализм заметит руководство. Возможно, оно будет подбрасывать вам новые задачи, чтобы посмотреть, как вы справитесь. А вы отлично справитесь, и это станет вашим шагом на пути вверх по карьерной лестнице.

## Водолей



На этой неделе посвятите больше времени семье и близким. Вы были погружены в работу, и им очень не хватало вашего внимания и заботы. Если вы одиноки и хотите это изменить, попросите родственников или друзей познакомиться вас с кем-то. Знакомство может оказаться перспективным.

## Рыбы



За новые дела пока не беритесь. Если вы планировали какую-то крупную покупку, то дождались благоприятного момента для ее совершения. Главное, не забудьте посоветоваться с близкими. Пора отказаться от алкоголя и вредной пищи. На повестке спорт и здоровое питание.

Андрей ПЕТРОВ

Лыжники  
Сергей Устюгов  
и Александр  
Большунов  
повздорили  
на чемпионате  
России.

# «Саня, ты заколебал!»

Чемпионат России по лыжным гонкам в Казани подарил болельщикам настоящий накал страстей. **Сергей Устюгов** одержал яркую победу в классическом спринте. А вот главный фаворит, трехкратный олимпийский чемпион **Александр Большунов**, который перед этим взял золото в скиатлоне, не смог даже выйти в финал. В полуфинале он занял третье место, но показанных им секунд не хватило для прохода в главный заезд даже как лаки-лузеру.

И этому предшествовали разборки на трассе. Большунов перестроился в лыжню Сергея Устюгова на повороте, чуть не сбив его. Сергей устоял, но махнул палкой в сто-



Сергей Устюгов стал чемпионом России в классическом спринте.

рону Александра, выразив недовольство, а потом обошел Большунова и победил.

- Вообще надо отметить, что в спринте сейчас была очень серьезная борьба, - сказал тренер сборной **Юрий Бородавко**. -

Но видно было, что Саша бросил бороться на финише. Наверное, расстроился, что идет не первый до финишной черты. Да, он нервничает. Это действительно видно по движениям. Психологический момент.

А вот как прокомментировал ситуацию сам Устюгов:

- У меня уже просто накипело. Я понимал, что если я ему (Большунову) ничего не скажу, то в следующий раз он так и будет делать. Я на эмоциях, в грубой форме сказал: «Саня, ты заколебал. Ну сколько можно? Почему со мной?» Это не первый случай, и я все время об этом говорил. Тут все было на эмоциях, я махнул палкой на него, этого делать не стоило, вижу - извинюсь, - сказал победитель.

**Савелий Коростелев**, занявший третье место, был резче:

- У Большунова был грубый момент с Устюговым. На Кубке мира за такое была бы желтая карточка, а у нас это происходит после появления протокола.

В итоге судейская комиссия Федерации лыжных гонок вынесла предупреждение обоим гонщикам. Но если Устюгову сделали устное внушение, то Большунов получил «черную метку» в письменной форме. А это значит, что при повторном нарушении его дисквалифицируют.

## ■ ЗНАЙ НАШИХ!

# У Овечкина уже есть клюшка Гретцки

Евгений НЕСЫН

Осталось побить главный рекорд легендарного канадца.

В ночь на четверг капитан «Вашингтона» **Александр Овечкин** стал героем матча с «Нью-Йорк Рейнджерс» (3:2). 39-летний российский форвард сравнял счет (2:2) и перевел игру в овертайм, где «Вашингтон» победил. В итоге Ови стал не только первой звездой встречи, но установил новый рекорд НХЛ. Его гол стал 636-м в победных матчах и превзошел достижение **Уэйна Гретцки** в 635 шайб.

- Это важный гол для нашей команды, важный гол в большинстве. Он забросил не со своего офиса, а выиграл борьбу за шайбу, - сказал главный тренер «Вашингтона» **Спенсер**

**Карбери** и добавил: - Он это делает!

Тренер имел в виду главный снайперский рекорд Гретцки (894 гола), до которого Овечкину (885) теперь осталось 9 шайб.

Кстати, после матча Александр Овечкин рассказал, что у него есть клюшка Уэйна Гретцки. Оказалось, что Саша занимается коллекционированием клюшек известных игроков и сейчас у него порядка 300 экземпляров с автографами.

Овечкин сказал, что попросил у Гретцки клюшку в 2016 году, но легендарный канадец поставил ему условие.

«Он сказал: «Хорошо, когда ты выиграешь Кубок Стэнли, я подарю ее тебе». Так что когда я в 2018 году выиграл Кубок, то спросил его: «Ну и где моя клюшка?»»

Александр Овечкин только что забросил 885-ю шайбу в регулярном чемпионате НХЛ.

приводит слова Овечкина официального сайта НХЛ.



IMAGN IMAGES via REUTERS Connect

ХИТ ПРОДАЖ

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

## ПЫЛЬ ЛЕЖИТ, И Я ПОЛЕЖУ!

ДЕЙСТВЕННЫЕ СОВЕТЫ ОТ ГЛАВНОГО  
РОССИЙСКОГО ЭКСПЕРТА ПО УБОРКЕ

★★★★★ Ольга  
«Рекомендую всем, кому важно поддерживать чистоту, сохраняя при этом нервы - свои и окружающих!» Житейская мудрость и тонкий юмор на каждой страничке. Советы Аиды действительно работают и облегчают жизнь. Многие улучшила в плане стирки и уборки, множество лайфхаков использую в быту. Мегаполезная книга!»

АВТОР КНИГИ «ЛЕГКОСТЬ БЫТ И Я»  
АИДА СИНИЦЫНА УЧИТ ЖЕНЩИН  
ЛЕНИТЬСЯ БЕЗ УЩЕРБА ДЛЯ  
ДОМАШНЕГО ХОЗЯЙСТВА

Не усложняйте!

- ✓ Просто протрите плитку сразу после готовки на ней.
- ✓ Просто протрите раковину после того, как помыли посуду.
- ✓ Просто уберите мыльную воду со стенок душевой водосточном сразу после принятия душа.
- ✓ Просто протрите кран салфеткой для стекол вечером.
- ✓ Просто положите лоток для обуви при входе, чтобы грязь не растаскивалась по всему коридору.
- ✓ Просто замочите унитаз моющим средством. Через полчаса смойте.



КУПИТЬ  
ЗДЕСЬ



shop.kp.ru

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



Все новости  
спорта -  
на KP.RU/SPORTS



## ■ А В ЭТО ВРЕМЯ

# Улицу канадского хоккеиста требуют переименовать

Имя знаменитого канадца Уэйна Гретцки на слуху в американских СМИ не только в связи с гонкой Овечкина за его рекордом. Все началось, когда Гретцки появился на инаугурации **Трампа** в кепке с лозунгом «Make America Great Again» - известным слоганом нового президента США. Это вызвало волну недовольства в Канаде. В интернете запустили петицию с требованием переименовать Wayne Gretzky Drive в Эдмонтоне. Подписавшие - а их уже больше 12 тысяч - считают, что хоккеист «предал» свою страну. «Он больше недостоин уважения», - написал один из пользователей. Другой добавил: «Канадский народ сделал его звездой, а он отвернулся от нас».

А тут еще Трамп подлил масла в огонь, заявив, что Канада могла бы стать 51-м штатом США, и пригрозил пошлинами на

канадские товары. Это накалило обстановку. На Турнире четырех, где Канада играла против США, матч начался с трех драк в первые девять секунд. Зрители освистали гимн США - и не только на этом турнире, но и на играх НХЛ. Гретцки же попал под удар за то, что в финале, будучи почетным капитаном, надел синий костюм вместо формы сборной Канады.

Трамп вступился за Гретцки в соцсетях, назвав «фантастическим парнем» и «великим». Поддержал Уэйна и хоккейный ветеран **Бобби Опп**, призвавший соотечественников проявить уважение к «хорошему человеку». Жена Гретцки, Джанет, добавила в соцсетях, что муж гордится своим происхождением, а злые комментарии разбились ему сердце. Правда, пост она потом удалила.



Департамент культуры  
Брянской области  
ГАОУК «Брянская  
областная филармония»

17:00  
К/З «ДРУЖБА»

8 марта

**БРЯНСКИЙ ГУБЕРНАТОРСКИЙ СИМФОНИЧЕСКИЙ ОРКЕСТР**  
ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ РУКОВОДИТЕЛЬ И ГЛАВНЫЙ ДИРИЖЁР  
АЛЕКСЕЙ ВЕРХОВЕН

**«Музыка весны»**

В программе прозвучат произведения Ж.Бизе, С.Рахманинова, А.Хачатуряна, Э.Элгара, А.Пьяцоллы, И.Штрауса, К.Дебюсси

ПУШКИНСКАЯ КАРТА 6+

**+7 (4832) 74-57-04**

Юр. адрес: г. Брянск, ул. Калинина, 82. ИНН: 323401910

Реклама

ДЕПАРТАМЕНТ КУЛЬТУРЫ БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ  
 ГАОУК «БРЯНСКАЯ ОБЛАСТНАЯ ФИЛАРМОНИЯ»

К/З «ДРУЖБА»

29 МАРТА 15:00

С.С. Прокофьев  
Симфоническая сказка для детей

**ПЕТЯ & ВОЛК**

**БРЯНСКИЙ ГУБЕРНАТОРСКИЙ СИМФОНИЧЕСКИЙ ОРКЕСТР**  
Художественный руководитель и главный дирижёр  
**АЛЕКСЕЙ ВЕРХОВЕН**

Сказку читают:  
**ДАРЬЯ КУДРИЦКАЯ**  
**НИКИТА ЛЫСЕНКО**

ПУШКИНСКАЯ КАРТА 6+

**+7 (4832) 74-57-04**

Юр. адрес: г. Брянск, ул. Калинина, 82. ИНН: 323401910

Реклама

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
 ВСЕРОССИЙСКИЕ  
Филармонические  
СЕЗОНЫ  
 ДЕПАРТАМЕНТ КУЛЬТУРЫ  
БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ  
ГАОУК «БРЯНСКАЯ  
ОБЛАСТНАЯ ФИЛАРМОНИЯ»

**БРЯНСКИЙ ГУБЕРНАТОРСКИЙ СИМФОНИЧЕСКИЙ ОРКЕСТР**

11 19:00 КЗ «ДРУЖБА»  
**АПРЕЛЯ**

ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ РУКОВОДИТЕЛЬ И ГЛАВНЫЙ ДИРИЖЁР  
**АЛЕКСЕЙ ВЕРХОВЕН**

ЛАУРЕАТ МЕЖДУНАРОДНЫХ КОНКУРСОВ  
**ИРИНА СТАЧИНСКАЯ**  
(флейта, г. Москва)

*Симфонические вечера с главным дирижёром*

В ПРОГРАММЕ:  
 Франсуа Борн  
 Блестящая фантазия на темы из оперы «Кармен» для флейты с оркестром  
 Йохим Андерсен  
 Баллада и танец Сильфов для флейты с оркестром  
 Пабло де Сарасате  
 «Цыганские напевы» до минор соч. 20 для флейты с оркестром  
 Камиль Сен-Санс  
 «Рондо каприччиозо» соч. 28 для флейты с оркестром  
 Феликс Мендельсон  
 Симфония № 3 «Шотландская» ля минор соч. 56

ПУШКИНСКАЯ КАРТА 6+

**+7 (4832) 74-57-04**

Юр. адрес: г. Брянск, ул. Калинина, 82. ИНН: 323401910

Реклама

Департамент культуры Брянской области  
 ГАОУК «Брянская областная филармония»

12 15:00  
Апреля к/з  
«Дружба»

детям

**ДЕТСКАЯ ТЕАТРАЛИЗОВАННАЯ ПРОГРАММА**

**«Урок безопасности от Незнайки»**

**АРТИСТЫ БРЯНСКОЙ ОБЛАСТНОЙ ФИЛАРМОНИИ**

ПУШКИНСКАЯ КАРТА 6+

**+7 (4832) 74-57-04**

Юр. адрес: г. Брянск, ул. Калинина, 82. ИНН: 323401910

Реклама



С ПРАЗДНИКОМ, КРАСАВИЦЫ!



**Прохор ШАЛЯПИН,**  
певец, артист  
и гедонист:  
- Дорогие мои,  
любимые читательницы  
«Комсомольской  
правды»!  
Поздравляю вас с главным  
весенним праздником -  
8 Марта, с Женским днем!  
Желаю вам всем  
счастья нескончаемого,  
радости, чтобы вы всегда  
улыбались и только  
хороших новостей.  
Преданных  
мужчин рядом,  
чтобы носили на руках.  
Люблю вас!

АНЕКДОТЫ

Меня последнее время  
ночами муж стал крепче  
обнимать, думала, любить  
сильнее стал. Оказалось,  
мерзнет, паразит! Ну и лад-  
но... Пойду еще одно окно  
открою, чтобы жить без ме-  
ня не мог!

**\*\*\***  
Я просто хочу, чтобы  
ела я, а толстела его быв-  
шая.

**\*\*\***  
Чисто прибранная квар-  
тира и вкусный ужин - это  
два признака неисправного  
компьютера.

Сделай любимой сюрприз -  
избавь ее от  
уборки < стр. 10.

**\*\*\***  
Муж с женой в  
ресторане.  
- Официант! У ме-  
ня суп холодный!  
- Милая, это гаспа-  
чо...

- Гаспачо! У меня суп  
холодный!  
**\*\*\***  
Десять лет работы учите-  
лем в школе - это диагноз.  
В троллейбусе встрети-  
лись две знакомые учитель-  
ницы.

Их диалог:  
- Здравствуйте!  
- Здравствуйте, садитесь!

**\*\*\***  
Мне два раза повторять  
не надо! Мне три надо.

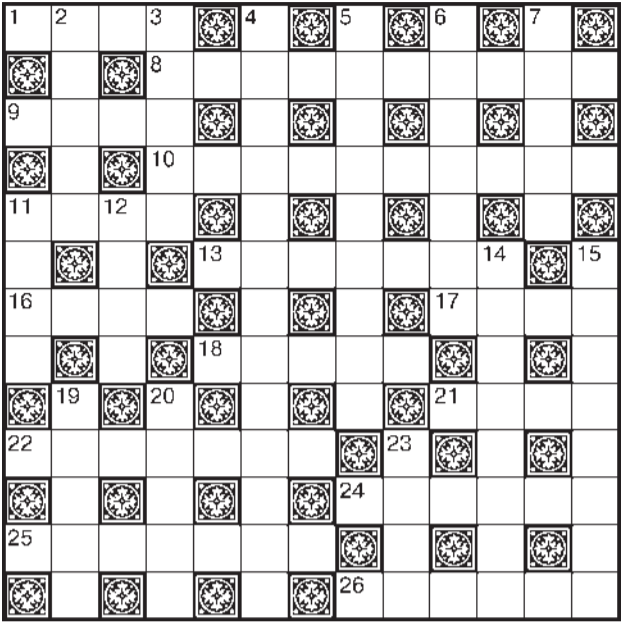
**\*\*\***  
Молча Чиполлино  
Опустил наган,  
Не доел редиску  
Молодой веган.

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

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



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 1. Из чего плещут на каменку? 2. Яд для хорошего настроения. 3. Живописный кумир поэ-  
та Николая Заболоцкого. 4. Наука мореплавания. 5. Какая супруга древнеримского императора Клавдия отравила его грибами? 6. Чем в первый раз покрасил волосы Элвис Пресли, желая походить на своего кумира - актера Тони Кертиса? 7. «Мягкое масло». 8. «Стрижи». 9. Стивен, который всех запугал. 10. Национальность первого покорителя Северного полюса. 11. Обелиск из комиксов. 12. «Какие ... в Голливуде!». 13. Немецкий город в тезках нашего Липецка. 14. «Ее минутное внимание отрадой долго было мне» (адресатка пушкинских строк). 15. «Уходит в ночь отдельный ...» (наш десантный ...). 16. Что добывают шахтеры? 17. Убежище для мыши. 18. Что март пробуждает? 19. Коронванная ... 20. «Споемте, друзья, ведь завтра в ... уйдем в предраассветный туман». 21. Вина. 22. Ассорти. 23. Дали. 24. Газырь. 25. Обложка. 26. Что делает вещи красивыми?  
**ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Ковш. 2. Визитка. 3. Шалал. 4. Лимонетка. 5. Агриппина. 6. Гуталин. 7. Спред. 8. Дизайн. 9. Кинг. 10. Американец. 11. Лимонетка. 12. Люди. 13. Лейпциг. 14. Голицыны. 15. Батальон. 16. Руда. 17. Нора. 18. Весна. 19. Лимонетка. 20. Поход. 21. Батальон. 22. Ассорти. 23. Дали. 24. Голицыны. 25. Обложка. 26. Что делает вещи красивыми?

Прогноз погоды на 8 марта

	ночью	днем
Брянск	+1...+6	+9...+12
Дятьково	0...+5	+8...+11
Севск	0...+5	+11...+14
Новozyбков	0...+5	+13...+15

ясно ☀️ облачно ☁️ пасмурно ☁️  
дождь 🌧️ снег ❄️

Давление - 750 мм рт. ст.  
(норма - 733)  
Относительная влажность  
воздуха - 62%  
Ветер юго-западный  
1,1 - 2,0 м/с  
Восход - 07:13 Луна  
Закат - 18:32 растущая

**ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»**  
■ Главный редактор, генеральный директор Олесь Вячеславовна НОСОВА.  
■ Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.  
■ Ведущий редактор номера Л. ЗАХАРОВ (зам. главного редактора).  
■ 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  
© 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

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индексы П1101, ПМ976 Тип. №  
■ Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30  
■ ISSN 0233-433X  
«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2025», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.  
Тираж этого номера: 172 441 экз.  
Цена договорная



ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВА ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА

Астрахань (8512)	48-49-50	Брянск (4832)	37-00-80	Иркутск (3952)	20-80-08	Кострома (4942)	47-10-13	Н. Новгород (8312)	33-94-53, 33-94-52	Петрозаводск (8142)	76-42-97	Симферополь (3652)	78-81-28	Тула (4872)	52-41-40
Архангельск (8182)	21-10-79	Владивосток (423)	230-22-56	Казань (843)	528-20-30	Краснодар (861)	992-79-92	Новосибирск (383)	289-90-85	Псков (8112)	72-29-00	Смоленск (4832)	37-00-80	Томь (3452)	69-96-12
Алма-Ата (727)	273-74-97	Владимир (4922)	44-13-43	Калининград (4012)	31-03-50	Красноярск (391)	206-96-50	Омск (3812)	29-01-50	Ростов-на-Дону (863)	333-24-22	Ставрополь (8652)	95-11-97	Уфа (347)	292-44-47
Барнаул (3852)	273-82-61	Волгоград (8442)	91-94-61	Кемерово (3842)	35-38-11	Курск (4712)	70-62-71	Орел (4862)	43-39-39	С.-Петербург (812)	458-90-68	Тамбов (4752)	587-11-12	Хабаровск (4212)	78-26-03
Белгород (4722)	20-55-47	Вологда (8172)	54-61-38	Киев (1038044)	205-43-01	Липецк (4742)	22-23-00	Оренбург (3532)	43-11-93	Самара (846)	270-69-10	Тверь (4822)	71-93-12	Челябинск (351)	700-09-68
Бишкек (10996)	20-18-05	Екатеринбург (343)	237-25-51	Минск (1037517)	1037517	Мурманск (991)	337-77-11	Пенза (8412)	56-46-41	Саратов (8452)	53-42-21	Томск (3822)	33-93-63	Южно-Сахалинск (900)	43-41-515
Благовещенск (4162)	312-88-31-31	Иваново (4932)	58-17-30	Ижевск (3412)	94-50-90	Киров (922)	67-11-633	Пермь (342)	206-45-00	Севастополь (692)	99-95-13		90-61-86	Ярославль (4852)	58-58-17, 58-55-81

Директор Татьяна Николаевна РОМАНОВА.  
И.о. редактора «КП-Брянск» - Виктор Владимирович КИСЕЛЕВ.  
E-mail: kpbryansk@mail.ru, kpbryansk32@gmail.com  
www.kp.ru  
РЕДАКЦИЯ И ИЗДАТЕЛЬ РЕГИОНАЛЬНОГО ВЫПУСКА  
ООО «ЛДС-МЕДИА»  
Адрес редакции: 241050, г. Брянск, ул. Крыловская, д. 36, офис 4.  
ТЕЛЕФОН  
редакции, отдела рекламы (4832) 37-00-80.  
Газета отпечатана в ГБУ «ИД «Брянская пресса», г. Брянск, пр-кт Станке Димитрова, 40.  
Время подписания брянского выпуска - 18.30.  
Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые лицензии и сертификаты.  
Заказ № 593. Тираж регионального выпуска 1200 экземпляров. 12+