

Чем ближе
магазины,
тем больше
лишний вес

Читайте на стр. 12 ▶



РАДИО
комсомольская
ПРАВДА

В чем сила, брат?
Сила - в армии!

Американцы признали российские
Вооруженные силы лучшими
radiokp.ru в мире - 18:00 (мск)



100 КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

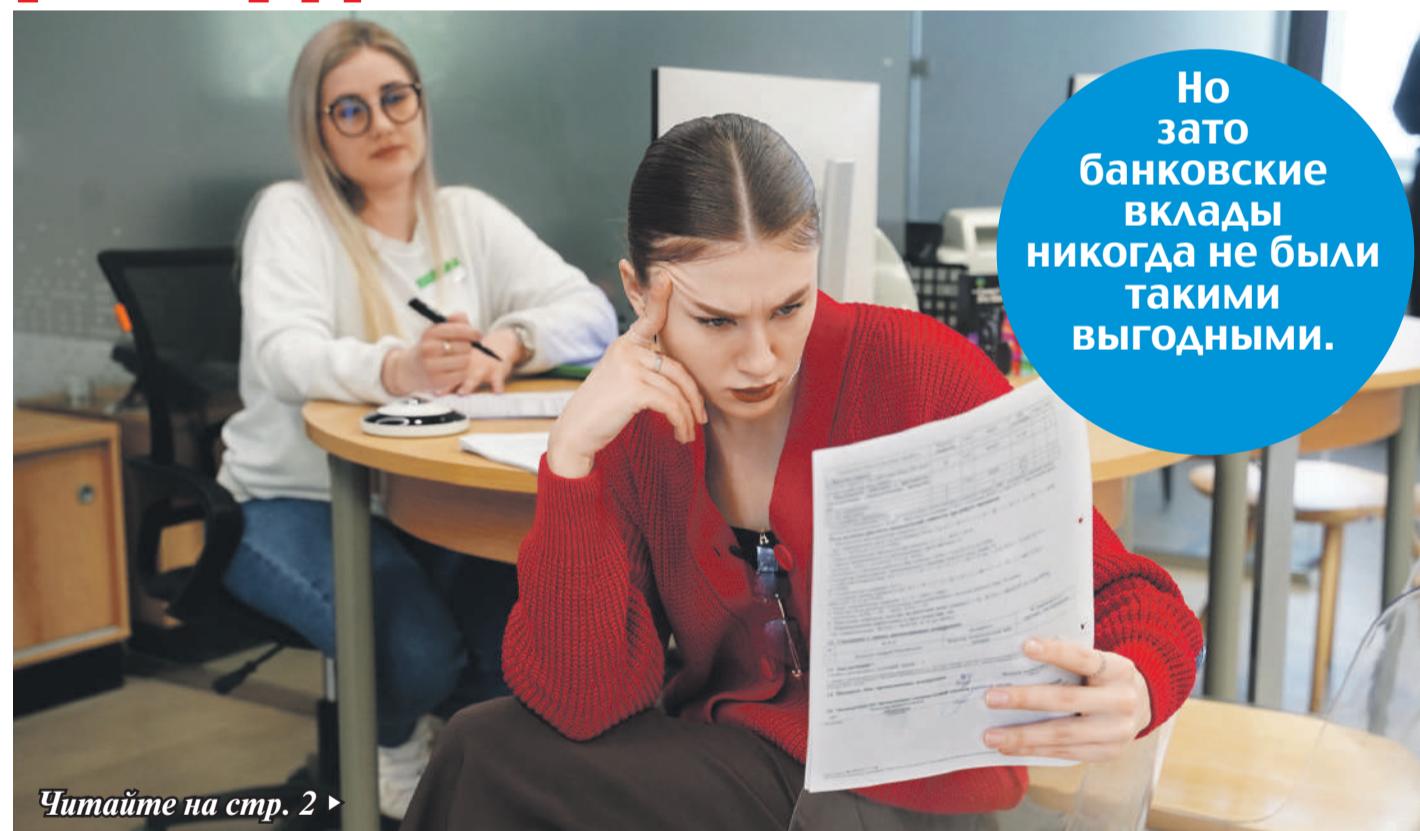
Вторник, 29 октября
№ 81 (27631)/2024 год

Газета нашего полуострова ★ Крым

KP.RU | 4 292 000
УНИКУЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Ключевая ставка достигла исторического максимума:

Проценты по кредитам бьют рекорды. Как с этим жить?



Но зато банковские вклады никогда не были такими выгодными.

Читайте на стр. 2 ▶



Федор Савицкий/ТАСС
Караченцову говорили:
«Только русские могут так рвать жилы на сцене»

Денис КОРСАКОВ

Выдающемуся артисту исполнилось бы 80 лет.

Как ни странно, Николай Караченцов, один из главных мачо советского экрана, все детство провел в мечтах о том, чтобы стать артистом балета. И это было вполне закономерно: мама его работала балет-мейстером, с детства таскала его с собой на занятия...

Продолжение на стр. 13 ▶

Мы хотим всем рекордам наши пенные дать имена

Сергей СЕМУШКИН

Почему в России взлетели продажи пива.

Как говорится, если было море пива... То россияне это море осушили бы мгновенно. Потому что любовь народа к пенному напитку крепнет на глазах. По данным Росалкогольбакконтроля, за первые 9 месяцев в стране было профдано 5 млрд 538 млн литров пива. Это рекорд (впрочем,

статистика ведется лишь с 2017 года). По сравнению с аналогичным периодом прошлого года продажи выросли на 7%.

- В СССР в среднем человек выпивал в год 28 литров винодельческой продукции, 24 литра пива и 10-крепкого алкоголя - это идеальная структура потребления, - комментирует руководитель Центра исследования федерального и региональных рынков алкоголя **Вадим Дробиз**. - Но к 2007-му потребление пива выросло



Алина МАКЕЕВА

Выяснилось:
чем старше человек,
тем сильнее его
тянет к детишкам.

Вот зря мы ругаем современных бабушек и дедушек: мол, многие из них думают только о себе, совсем не хотят сидеть с внуками!

До любви к внукам надо дорасти

Опрос ВЦИОМа показал, что до понимания радости от такого досуга просто надо дозреть.

По результатам исследования, половина опрошенных (51%) россиян согласились с утверждением, что бабушки и дедушки должны стараться как можно больше времени проводить с внуками, помогать в их воспитании. Что показательно: этот ответ чаще давали те, кто постарше. Среди родившихся в эпоху застоя и «оттепели» чадолюбивый подход

поддерживают 69 - 75%, и только 12 - 18% нынешних пенсионеров выбирают «индивидуальную» жизнь.

При этом треть населения (35%) все-таки придерживается мнения, что старшее поколение должно в первую очередь думать о себе, а не возиться с младенцами. Но такой взгляд больше характерен для зумеров (им сейчас около 20 лет) и миллениалов (30 - 40-летние), хотя именно эти поколения сейчас в основном и завоевывают детей.

Олег АДАМОВИЧ

Экономика растет вопреки прогнозам и санкциям, констатировал Владимир Путин.

Президент начал рабочую неделю с совещания по экономике. Глава государства собрал на видеоконференции министров, главу Центробанка, чтобы определить, какие меры важнее всего для роста промышленности. Мы выбрали для вас главное из этого совещания.

ЭКОНОМИЧЕСКИЙ РОСТ

Несмотря на замедление динамики в третьем квартале, экономика страны продолжает расти.

- За январь - август ВВП прибавил 4,2%, - подчеркнул он.

Ожидается, что по итогам года этот показатель достигнет 3,9%, что превышает среднемировые темпы в 3,2%.

ПРОМЫШЛЕННЫЙ ПОДЪЕМ И БЕЗРАБОТИЦА

Индустриальный рост составил 4,5%, при этом машиностроение прибавило почти 20%.

ЧУТЬ ПОМЕДЛЕННЕЕ, ЦЕНЫ...

Евгений БЕЛЯКОВ

Центрбанк поднял ключевую ставку до рекордных 21%. Почему так случилось и как с этим жить?

Ставка пошла на заслуженное повышение. В пятницу ЦБ поднял ее с 19% до 21%. Многие эксперты давали такой прогноз. Но все равно цифра немного шокирует. Ведь 21% - это абсолютный рекорд. Даже весной 2022 года, когда Центробанку резким повышением ставки пришлось гасить панику на рынках, ставка была ниже - всего 20%.

Давайте разберемся в причинах и последствиях столь жесткого решения Центробанка.

Для начала напомню, что такое ключевая ставка. Это процент, под который ЦБ дает деньги в долг обычным банкам. Им эти деньги придется отдавать. Поэтому вслед за ростом ключевой ставки они поднимают проценты по кредитам и вкладам.

стоит высокий потребительский спрос. Зарплаты в стране растут, плюс люди набирают кучу кредитов и сметают с

ВВП с опережением



Одна незаметная деталь в кабинете президента: на стене у него висит картина «Полтавское сражение 27 июня 1709 года». Это именно то сражение, где армия Петра I разгромила шведов и начался перелом в Северной войне.

«Безработица третий месяц подряд находится на рекордно низком уровне - 2,4%».

И главное, что отметил Путин: проще всего сейчас найти работу молодым специалистам - среди них безработица вообще ниже процента.

СЛОЖНОСТИ И ВЫЗОВЫ

Президент вскользь коснулся инфляции и роста цен на товары. При этом он объяснил, почему так происходит:

- В экономике сохраняются сложности и дисбалансы. Они прежде всего вызваны

теми непростыми условиями, в которых мы наращиваем индустриальный, аграрный, финансовый потенциал страны. Это и внешние санкции, и наши собственные структурные ограничения, включая дефицит кадров и технологий, логистику, перечислил он.

ФЕДЕРАЛЬНЫЙ БЮДЖЕТ И ИНВЕСТИЦИИ

Одним из приоритетов бюджета на ближайшие годы станет развитие экономики, увеличение производства внутри страны и создание новых рабочих мест.

- В нем запланировано сокращение нефтегазового дефицита и возвращение к бюджетному правилу, что должно оказать сдерживающее влияние на инфляцию, - отметил Путин.

КОРПОРАТИВНОЕ КРЕДИТОВАНИЕ

Президент предложил обсудить ситуацию с корпоративными кредитами, поскольку задолженность компаний с начала года выросла более чем на 14%. По мнению главы государства, за увеличением долгов надо следить. Хотя в самих кредитах ничего плохого нет.

- Сроки кредитов, те отрасли и сектора нашей экономики, куда они привлекаются, должны максимально работать на решение долгосрочных, стратегических задач, на достижение национальных целей развития, - подчеркнул президент.

Исключительное решение



А еще ключевая ставка - это главный инструмент Центробанка в битве с инфляцией. Она помогает уравнять спрос и предложение. Когда ставки по кредитам и вкладам высоки, люди и компании берут меньше денег в долг и больше хранят на вкладах. Спрос на товары и услуги снижается, рост цен замедляется.

Теперь изучим данные Росстата. По nim за последние 12 месяцев цены в России выросли на 8,63%. Центробанк же мечтает придушить инфляцию до 4% в год. А на пути к этой цели

полок всё подряд (от сливочного масла до квартир и машин). Предложение не успевает за спросом, и цены растут на повышенных скоростях.

Тем не менее кредитный бум потихоньку затухает. В среднем за девять месяцев мы взяли в долг у банков на 10% меньше денег, чем за такой же период прошлого года. Так что Центробанк видит, что подъем ставки дает нужный результат. Но не так быстро, как хотелось бы. Поэтому в нынешнем году ее могут поднять еще сильнее.

- Несмотря на достаточно значительное повышение ключевой ставки, инфляция в этом году будет вдвое выше цели (около 8% против желаемых 4%. - Ред.). Это не означает, что ключевая ставка не работает. Без ее повышения инфляция была бы намного больше. Поэтому для достижения цели мы будем еще более консервативно реагировать на проинфляционные риски. Уровень жесткости нашей политики будет определяться задачей возвращения инфляции к цели, - заявила глава ЦБ Эльвира Набиуллина.

Переводим: Набиуллина дает понять, что ключевая ставка может еще подрасти. Решение примут на следующем заседании совета директоров ЦБ, которое состоится 20 декабря.

ГЛАВНЫЙ ВОПРОС

А ЧТО ДЕЛАТЬ НАМ?

После такого решения ЦБ в ближайшие пару недель ставки и по вкладам, и по кредитам подрастут на 1 - 2%. Отсюда вывод: кредиты по таким адским ставкам не берем, все свободные деньги кидаем на вклады, которые стали небывало выгодными.

ВОТ КАКИЕ УСЛОВИЯ ПРЕДЛАГАЛИ РОССИЙСКИЕ БАНКИ 25 ОКТЯБРЯ

(приводим средние цифры):

- По вкладам 19,5% годовых
- По ипотеке 24% годовых
- По кредитам наличными 34% годовых



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

По данным ЦБ, Финансовому порталу и ДОМ.РФ. Ставки по ипотеке - без учета льготных программ.



Уральские сказки, зачем ты мне строишь глазки...

Наталья ВАРСЕГОВА

Дизайн пятитысячной купюры изменился.

Для тех, кто давно не держал в руках налички, есть повод снять деньги в банкомате. Просто чтобы увидеть, как они теперь выглядят. Только снимайте не меньше пяти тысяч и нажимайте кнопку «без размена». Потому что именно пятитысячные купюры нового образца запустили в обращение в России.

Как сообщили в ЦБ, пока новых банкнот не очень много, но уже в ноябре - декабре они начнут массово появляться в обращении.

Напомним, на старой пятитысячной купюре образца 1997 года были виды Хабаровска: памятник генерал-губернатору Восточной Сибири Николаю Муравьеву-Амурскому и мост через Амур.

Теперь на купюре утвердились уральские символы. Среди них - памятник «Сказ об Урале» в Челябинске, обелиск «Европа - Азия» в Екатеринбурге, сте-



ла «66-я параллель» в Салехарде.

Защита купюр от подделки усиlena. В частности:

- ✓ если повернуть банкноту под острым углом, возникает так называемый кипп-эффект: символ рубля выглядит сначала темным на светлом фоне, а потом - светлым на темном фоне;
- ✓ также при наклоне можно увидеть скрытые цифры;
- ✓ через купюру проходит защитная нить нового типа;

✓ цифра 5000 и текст «Билет Банка России» имеют специальный рельеф, который можно почувствовать на ощущение.

А еще на новых купюрах размещен QR-код: он переводит пользователя на сайт Банка России, где указаны защитные признаки банкнот.

Старые банкноты будут в обращении наравне с новыми еще несколько лет и постепенно уйдут из обращения.

КСТАТИ

В нынешнем году будет обсуждаться новый дизайн 1000-рублевки. ЦБ предложит несколько вариантов для голосования, и жители страны сами выберут те достопримечательности, которые будут изображены на купюре.

Дальше будет разработан новый дизайн других банкнот - в 500, 50 и 10 рублей. К слову, Центробанк планировал уже в этом году выпустить новую пятисотрублевую купюру с достопримечательностями Кавказа, но премьеру перенесли - возможно, на 2025-й.

■ ВОПРОС ДНЯ



В этом номере «Комсомолка» пишет про новый средний класс россиян - недавно разбогатевших людей (стр. 4 - 5). Мы решили спросить:

А ВЫ СЕБЯ К КАКОМУ КЛАССУ ПРИЧИСЛЯЕТЕ?

Елена ДРАПЕКО, депутат Госдумы, первый заместитель председателя Комитета по культуре:

- Я отношу себя к среднему классу. Мои доходы позволяют обеспечить нормальное питание, одежду и оплату коммунальных расходов, материально поддерживать родственников. Но чтобы купить что-то дорогое - технику, мебель, автомобиль и т. п., я должна копить и экономить. Кредиты не беру принципиально.

Анатолий ВАССЕРМАН, знаток, интеллектуал:

- И я отношу себя к слою обеспеченных людей. В последние лет 40 я всегда располагал средствами на все, что мне хотелось. А когда нужно было больше, находилась возможность заработать.

Андрей ТУМАНОВ, руководитель общественной организации «Садоводы России»:

- Я окончил факультет журналистики МГУ, а это, я считаю, только начальное образование. Поэтому я берегу в себе науки сварщика и электрика. Могу водителем работать, могу курьером. Когда в 2020 году во время пандемии застрял в США, всерьез думал устроиться посудомойщиком. Когда приврат, понты про средний класс улетучиваются моментально.

Андрей КАЛАГЕОРГИ, потомок Екатерины II, переехал из США и постоянно живет в России:

- Я отношу себя к среднему, может, даже к высшему классу. Но не из-за происхождения. Деньги тем более не важны, я был долларовым миллионером, ничего особенного. Важно то, что ты сделал в жизни, какой след оставил, как относишься к окружающим, как говоришь. Я, например, никогда не пользуюсь русским матом. Но иногда слышу, как общаются между собой интеллигентные, казалось бы, люди... И это, хочется спросить, средний класс?

Андрей БУНИЧ, экономист, глава Союза предпринимателей и арендаторов России:

- Я средний класс. Это люди, осознающие себя определенным образом. Важен уровень образования, стиль жизни. Есть люди, которые не имеют большого дохода, но я безусловно считаю их средним классом. А есть те же курьеры, они сейчас много зарабатывают, но их средним классом не назовешь.

Виктор ЗАПРУДСКИЙ, председатель московской коллегии адвокатов «Запрудский и партнеры»:

- Сказать, что я очень богатый человек, не могу. В последнее время вообще работать все тяжелее. То, за что раньше люди платили, условно, 150, сегодня приходится делать за 50, и то в рассрочку. Поэтому чувствовать себя средним классом становится все труднее.



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



Зарплаты россиян растут, в стране появляется все больше обеспеченных людей. Действительно ли у нас зарождается новый средний класс и кто может в него войти?

Елена АРАКЕЛЯН

«Не было ни гроша, да вдруг алтын» - если бы Островский писал свою знаменитую пьесу сегодня, посвятил бы ее российскому автомеханику. Или страховому агенту. Или букмекеру - вот у кого за последний год взлетела зарплата!

Есть у нас ряд категорий граждан, которые еще недавно получали 30 - 50 тысяч рублей, а теперь, на фоне кадрового голода и возрождения ряда почти забытых отраслей экономики, зарабатывают порядка сотни, а то и больше. Радостных рассуждений на эту тему становится все больше.

Эксперты, однако, призывают не торопиться с выводами. С легкой руки исследователей из группы Okkam для таких вот внезапно выбывшихся «в князи» россиян даже появилось отдельное название - «новые обеспеченные». Чем они отличаются от настоящего среднего класса, какие шансы у них туда войти и что вообще сейчас собой представляет средний класс в России? «КП» вооружилась цифрами и мнениями экспертов.

ХОРОШАЯ МАШИНА И ОТДЫХ ЗА ГРАНИЦЕЙ

Сразу оговоримся, со средним классом у нас все непросто. Традиционные международные методики, позволяющие определить, кто туда входит, к нашим реалиям применить сложно.

Например, по методике Всемирного банка, к среднему классу относятся люди с доходом, в полтора раза превышающим уровень бедности. Дополнительный критерий - уровень потребления: средний класс может себе позволить высококачественные импортные товары, хорошую



Скриншот видео

В средний класс входят те, кто может позволить себе отдых за границей. Но это не единственное условие. Ведь некоторые на этом самом отдыхе ведут себя словно герои «Нашей Russia».

И их хочется отправить не то что в средний, но хотя бы в начальные классы...

машину, отдых за границей и платное образование, в том числе зарубежное.

А теперь считаем. Границей бедности на второй квартал 2024 года в целом по стране, по версии Росстата, был доход в 15 354 рубля. Умножаем на полтора... Ох, накупите же вы себе автомобилей при доходе в 23 тысячи. И поехать на отдых вряд ли сможете даже в Краснодарский край (если только на велосипеде с палаткой).

Отечественные ученые из Высшей школы экономики предлагают ориентироваться на **медианный доход (это когда у половины жителей вашего региона доход больше, а у половины - меньше)**.

Средний класс - те, у кого доход не меньше 125% от этой медианы. Дополнительные признаки - высшее образование, определенный профессиональный статус (руководители, квалифицированные специалисты).

Исходя из данных Росстата о медианном доходе за 2023 год

(более свежих цифр пока нет), средним классом, по этой версии, можно считать семьи с доходом не менее 50 тысяч на каждого. То есть если семья с ребенком, доход там должен быть не меньше 150 тысяч. Если с тремя детьми - то от 250 тысяч. Это в среднем по стране. По регионам - своя специфика (см. «Кошелек»). В Москве, чтобы попасть в средний класс, семья из трех человек должна иметь доход где-то от 320 тысяч. Если там оба взрослых работают, каждый должен зарабатывать от 160 тысяч рублей.

Это уже ближе к реальности. С учетом нынешних цен на жилье, автомобили, авиабилеты с отелями и прочие атрибуты среднего класса. И отраслей, где можно зарабатывать такие деньги, у нас хватает (см. «Только цифры» и «Конкретно»).

ЛЮБИТЕЛИ ШОКОЛАДОК

А теперь глянем другую статистику - где, по сведениям

ты были и так немаленькие, а стали еще круче (типа финансовой отрасли). Тут скорее можно говорить о перемещениях внутри самого среднего класса.

Вторая группа интереснее. Это где раньше платили 30 - 40 тысяч, а теперь - 70 - 80, а то и в районе сотни. Сюда попали производители машин и автозапчастей, сфера лесозаготовки, букмекеры, металлурги и т. д. Эту категорию эксперты и рассматривают как возможных кандидатов в средний класс. И с большим интересом изучают как «особо ценных потребителей».

Почему они такие ценные? Объясняем.

Группа компаний Okkam недавно провела комплексное исследование покупательского поведения «новых обеспеченных» семей в разных федеральных округах. Главный вывод - у них «гиперкомпенсация потребления». Проще говоря, люди спешно обустраиваются и «отъезжаются» за предыдущие годы.

Часть этих «компенсационных» трат вполне естествен-

Где можно стablyно получать больше 150 тысяч

Среднемесячная з/п до уплаты налогов за январь - июль 2024 г., тыс. руб./месяц

• Перестрахование	470,4
• Менеджмент головных офисов	308,1
• Добыча природного газа	265,4
• Негосударственные пенсионные фонды	242,9
• Разработка компьютерного ПО и сопутствующие услуги	198,4
• Добыча нефти	197,5
• Финансовые услуги (кроме страхования и пенсионного обеспечения)	192,2
• Пассажирский воздушный транспорт	177,6
• Производство компьютеров и периферийного оборудования	173,4
• Рыболовство	168,7
• Морской грузовой транспорт	168,0
• Консультирование по вопросам управления	167,3
• Производство табачных изделий	161,3
• Спутниковая связь	159,1
• Страхование	159,0
• Организация и проведение лотерей	156,9

По данным Росстата.



Каким профессиям прямо сейчас предлагают больше 150 тысяч в месяц

Медиана* по России в тыс. руб., октябрь-2024

• Бортпроводник	240,7
• DevOps-инженер (многопрофильный специалист на стыке программирования и автоматизации процессов)	234,4
• Дата-саентист (программист - аналитик больших данных, спец по машинному обучению)	213,1
• Руководитель группы разработки	207,5
• Системный аналитик	166,7
• Агент по недвижимости	164,3
• Руководитель строительного проекта	151,4
• Геодезист	151
• Главный инженер проекта	150
• Руководитель отдела аналитики	150

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



* Медианный доход - это такая сумма, при которой половина представителей профессии получает больше нее, а вторая половина - меньше.

По данным hh.ru.

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

В каких сферах больше всего взлетели зарплаты

Начисленная з/п до уплаты налогов, тыс. руб./месяц

По данным Росстата.

- Внутренний водный пассажирский транспорт
- Внутренний водный грузовой транспорт
- Агентства по подбору персонала
- Организация и проведение азартных игр
- Производство спортивных товаров
- Производство автотранспортных средств
- Лесоводство и лесозаготовки
- Производство комплектующих для автотранспорта
- Негосударственные пенсионные фонды
- Строительные отделочные работы
- Научные исследования и разработки в области общественных и гуманитарных наук
- Литье металлов
- Финансовые услуги (кроме страхования и пенсионного обеспечения)
- Растениеводство
- Страхование



	Январь-2023	Июль-2024	Прирост
32,4	72,7	+124%	
57,7	117,5	+104%	
33,3	62,5	+88%	
57,3	107,1	+87%	
40	71,6	+79%	
63,4	110,1	+74%	
42	72,8	+73%	
49,7	84,7	+70%	
150	254,8	+70%	
28,6	48,2	+69%	
80,7	136,3	+69%	
53,9	89,8	+67%	
122,5	202,4	+67%	
37,7	60,9	+62%	
96,9	157,5	+62%	

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

средние

ны: 42% планируют покупку недвижимости, 41% - автомобиля. Появились такие новые (!) статьи расходов, как отдых, ремонт, техника для дома. На одной из конференций главный операционный директор Okkam Дарья Куркина особо отметила трогательное желание опрошенных «в ближайшие полгода купить новый матрас».

Но есть и траты, которые заставляют вспомнить начало 90-х, когда большинство россиян впервые увидели импортные жвачки и сникерсы. В продуктовой корзине у «новых обеспеченных» сильно выросли объемы товаров «для быстрого удовольствия». Вот перечень того, что покупается с наибольшим рвением:

- ✓ зерновой или молотый кофе,
- ✓ йогурты,
- ✓ десерты,
- ✓ соки, морсы, газировка,
- ✓ шоколадные батончики и плиточный шоколад

✓ сладости, которые продаются на кассе (эксперты выделяют их отдельно).

А вот бренды-лидеры у «новых обеспеченных»: Lay's, «Святой источник», «Черноголовка», «Фрутоняня», «Добрый», Snickers, Orbit, Bud, Amstel, Kinder. Почему именно эти? Аналитики Okkam объясняют примерно так: «новые обеспеченные» не хотят больше тратить на товары, которые часто продаются по скидке и плохо рекламируются. Опять вспоминаются 90-е: промоакции, которые позволяют сэкономить, только портят имидж бренда. Даже «дорого - богато»!

КАК ТРАТИТ ДЕНЬГИ «НАСТОЯЩИЙ» СЕРЕДНИЙ КЛАСС

А теперь объясним, почему накинувшиеся на шоколадки с чипсами автомеханики - не средний класс.

- Настоящий средний класс - в классическом международном смысле этого понятия - имеет устойчивую и хорошо оптимизированную модель расходов. И на первом плане там далеко

не текущее гиперпотребление, - разъясняет профессор кафедры экономической теории Финансового университета Сергея Толкачев.

По словам экономиста, главные траты классического представителя среднего класса выглядят примерно так.

1 Забота о будущем.

Это частные пенсионные программы (с целью обеспечить себе безбедную старость), накопления на образование детей, хорошие медицинские страховки и т. п.

2 Расходы на активы длительного пользования.

Выплаты по ипотеке за хорошую квартиру или дом, автомобиль, высокотехнологичные товары длительного пользования.

3 Траты на себя для «сохранения человеческого капитала».

Спорт, программы повышения квалификации, качественный отдых.

Эксперты Центра макроэкономического анализа и краткосрочного прогнозирования (ЦМАКП) добавляют сюда еще одну категорию расходов - на мотивацию. Это не просто хороший кофе по утрам и разрекламированное пиво. Это то, что дает пищу для долгоиграющих впечатлений и расширяет кругозор: театры-музеи, путешествия, хобби для души.

Евгения ГУСЕВА



У многих россиян резко выросли доходы, эксперты называют их «новыми обеспеченными». Вот они и кинулись скучать чипсы, шоколадки и другие товары для быстрого удовольствия, «отъедаясь» за предыдущие годы.

Продукты сверх рационального здорового питания, кафе-рестораны, брендовая одежда и т. п. у настоящих крепких «середняков» - по остаточному принципу. Расточительность на «это рекламируют» и «это круто» для среднего класса не характерна.

- У этих людей уже закрыты базовые потребности: где жить, чем питаться. Для них приоритетом становятся саморазвитие, достижение успеха в жизни, познание мира, - поясняет доцент кафедры управления персоналом Госуниверситета управления Екатерина Каштанова.

При каких доходах можно считаться средним классом		
КОШЕЛЕК	Медианный доход в 2023 г., тыс. руб.	Нижняя планка дохода «середняков», тыс. руб. на члена семьи
• Чукотский АО	100,8	126
• Москва	84,8	105,9
• Камчатский край	65,5	81,9
• Санкт-Петербург	54,1	67,6
• Краснодарский край	40,6	50,8
• Татарстан	40,4	50,5
• Свердловская обл.	40,2	50,2
• Нижегородская обл.	38,3	47,9
• Новосибирская обл.	38,0	47,5
• Воронежская обл.	34,5	43,1
• Мордовия	24,5	30,5
• Среднероссийский россиянин	40,1	50,2

Согласно методике Высшей школы экономики в средний класс попадаешь при зарплате в 125% медианного дохода по региону.

Расчеты «КП» на основе данных Росстата.

Дмитрий ПОДЛУХИН/Комсомольская правда

ТЕСТ «КП»

Проверь себя

для подушки безопасности «на черный день».

• Свободные деньги вкладывает «в будущее» (качественное жилье, возможность достойно жить на пенсии, образование детей) и поддержание своего «человеческого капитала» (образование и новые навыки, «все для здоровья», качественный отдых, вдохновляющие эмоции).

- Среди россиян таким признаком соответствуют, например, некоторые категории хорошо оплачиваемого чиновничества (но

только не те, кто в этом сословии оказался «вчера» и еще не успел «наесться». - Ред.), менеджмент крупных госкорпораций, ИТ-специалисты, - уверяет Сергей Толкачев.

Сюда же у нас, как правило, относят и устойчивую часть среднего бизнеса - тех, кто благополучно пережил все кризисы.

Увы, многие категории граждан, которые по профессиональному статусу и образованию должны были бы принадлежать к среднему классу, из него вывалились по уровню доходов. Например, врачи, преподаватели, ученые, до недавнего времени - представители инженерно-технической сферы.

ВМЕСТО РЕЗЮМЕ

От чипсов к частной медицине

В исследовании, которое проводилось минувшим летом, эксперты ЦМАКП попытались оценить: а выросли ли в целом у россиян расходы, характерные для среднего класса? Имеются в виду траты «на себя» (образование, медицина, спорт), «на эмоции» (хобби, путешествия, книги), на высокотехнологичные товары длительного пользования (компьютеры, дорогая бытовая техника).

Вывод: начиная примерно с весны 2023 года они в плюсе (в сравнении с предыдущим годом). Но не более чем на все потребление в целом.

При этом спрос на товары из серии «побаловать себя» (чипсы, энергетики, батончики, глазированные сырки и т. д.) в первой половине 2024 года стремительно взлетел. Причем по всей стране. Таковы данные аналитиков NielsenIQ. Абсолютные лидеры среди товаров повседневного спроса по росту продаж в деньгах - прохладительные напитки (+ 26,5%) и снеки (+ 26,4%). Вот они, «новые обеспеченные» - просто счастье какое-то для нашей торговли и уличного общепита.

Станут ли «новые обеспеченные» полноценным средним классом с характерным для него поведением? Вырастут ли они от спускания денег на чипсы до расходов на качественную медицину и отдых? На это эксперты не дают однозначного ответа. Многое зависит от конкретных групп этих самых «новых обеспе-

ченных», дальнейшей ситуации с доходами и способности конкретного человека перестроиться на другое отношение к себе и деньгам.

- Одного факта существенного повышения зарплаты мало. Необходим устойчивый социальный статус профессии и устойчивые социальные ожидания, что так все и сохранится, - говорит Сергей Толкачев. - Тогда люди постепенно психологически перестраиваются. Это вопрос даже не среднесрочной (3 - 5 лет), а скорее долгосрочной перспективы.

Эксперт приводит пример условного токаря оборонного завода с хорошей квалификацией, которому наконец вполне заслуженно подняли зарплату. Конечно, для начала он займется «гиперкомпенсацией потребления» - радуясь, что может позволить себе напитки из «фильмов про богатых», а детей накормить подорожавшими шоколадками. Ну еще отремонтирует на радость жене дачу и захочет купить новый автомобиль. Но это не делает его средним классом. А вот что будет дальше - вопрос.

- Большой приток потенциальных «новых средних» в промышленном секторе объясняется, в частности, ростом объемов производства и зарплат на заводах, где выпускают продукцию по госзаказу. Сохраняются ли объемы и структура госзаказов в ближайшие 10 лет - это вопрос к политикам, - размышляет **экономист-маркетолог, директор компании по подготовке специалистов АО «Академия Спец» Татьяна Федорова**. - Но если человек вложит появившиеся у него внезапно деньги в себя и, например, получит дополнительное образование и навыки, которые позволяют участвовать в создании высокотехнологичных машин и оборудования в знакомой ему уже отрасли, он, безусловно, по любому останется востребованным специалистом, который займет свое место в среднем классе.

Только мы начали забывать о резком взлете цен на яйца, как по кошельку ударило сливочное масло. Почему так происходит и чего ждать дальше?

Елена ОДИНЦОВА

КОКОСОВОЕ ДЕШЕВЛЕ!

Страшные новости приходят из магазинов. В торговых сетях некоторых регионов пачки сливочного масла стали запирать в защитные пластиковые контейнеры. Как красную икру и другие деликатесы. Потому что оно подорожало так быстро и так резко, что покупатели начали воровать его с полок.

А в одной из сетей по той же причине масло и вовсе убрали с полок. Оставили плакатик: мол, здесь вы можете ознакомиться с ценниками и ассортиментом, а за самим маслом обращайтесь к продавцу на кассе, он вам выдаст ценный товар.

В ужасе бегу по ближайшим магазинам - смотреть, что за новая напасть свалилась. Докладываю: у нас на западе Москвы все в порядке. Масло на полках спокойненько лежит, на замок его никто не запирает.

Но если посмотреть на ценники... Средняя пачка сливочного в 180 г стоит теперь никак не меньше 240 - 260 рублей. Дешевле есть: стало больше пачек по 150 г с приятной иллюзией старой цены.

Или вот еще вариант. Красивая такая полновесная упаковка лежит за 134 рубля. Вот только масло... кокосовое. Причем - не поверите - оно отечественное, из Нижнего Новгорода, изготовлено из индонезийского сырья. Что же у нас такое происходит, что стало дешевле делать масло из индонезийских кокосов, чем из своего российского молока?

ЧТО СЛУЧИЛОСЬ

Данные Росстата неутешительны. За девять месяцев этого года сливочного масла у нас произведено на 1,8% меньше, чем за те же месяцы 2023 года. При этом конкретно в сентябре его производство снизилось на 2,7% в годовом измерении. И на 3,7% - в сравнении с августом.

Ну а цена килограмма масла на прилавке, по свежим данным нашего статистического ведомства, с начала года выросла на 23,4% (уже только с картошкой - там плюс 50%). За год - на 29%. А только с начала октября - на 4,6% (тут у масла вообще конкурентов нет).

В таких случаях принято делать приписку «если верить Росстату». Я вот не поверила. И нашла старую за-

Инфляцию на хлеб не намажешь



Олег ГАСТОЧКИН/РИА Новости

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

ЧТО У НАС С ПРОИЗВОДСТВОМ МОЛОЧНЫХ ПРОДУКТОВ И ЦЕНАМИ НА НИХ

Товар	Производство, январь - сентябрь 2024 г. к январю - сентябрю 2023 г.	Цена на прилавке, прирост с начала года
Молоко (питьевое)	+5%	+12,2%
Масло сливочное	-1,8%	+23,4%
Сыры	+6,8	+7,1%
Творог	+6,1%	+6,8%



ТАК МЕНЯЛИСЬ ЦЕННИКИ НА СЛИВОЧНОЕ МАСЛО

(руб./кило)	
• 23 октября 2023 г.	832,4
• 25 декабря	862,9
• 26 февраля 2024 г.	886,6
• 22 апреля	906,9
• 24 июня	927,3
• 26 августа	970,3
• 21 октября	1074,2
Итого:	+29% за год

По данным Росстата.

более простых молочных продуктов. Нужно именемо свежее, с определенным процентом жира и определенного качества, - пояснил «КП» **директор Центра международного агробизнеса и продовольственной безопасности Российской академии народного хозяйства (РАНХиГС) Анатолий Тихонов**. - А у нас спрос именно на такое молоко резко вырос - за счет активного роста производства, например, сыра, для которого тоже требуется много высококачественного молока.

Но почему производство сырого молока у нас не расстет как-нибудь быстрее? Вот как достаточно эмоционально ответил на этот вопрос в своем телеграм-канале известный подмосковный сыроров **Олег Сирота**:

- Молочное животноводство - самое сложное из того, что есть в сельском хозяйстве. Отдача от вложений в него быстро не происходит, срок окупаемости очень большой. У нас, фермеров, очень большой рост затрат: солярка, корма, зарплаты растут астрономическими темпами, техника подорожала в два раза. И самое страшное - кредитная ставка, которая очень сильно влияет на себестоимость продукции. Мы в этом году брали на уборку под 25%, а было под 3%. Это жесть!

ПОЧЕМУ ОНО ДОРОЖАЕТ БЫСТРЕЕ ДРУГОЙ МОЛОЧКИ

Специалисты приводят сразу несколько причин. Перечислим их прямо по пунктам.

1 Производство сливочного масла очень «молокоемкое»: на один его килограмм требуется примерно 20 - 30 литров молока, причем далеко не всякого.

- Там нельзя использовать сухое молоко, как для ряда

2 Резко выросли цены на сливочное масло на мировом рынке - почти на 90% за год.

Проблемы с нехваткой сырого молока, представьте, не только у нас. У крупнейших мировых производителей

ВОПРОС - РЕБРОМ ЧЕГО ЖДАТЬ ДАЛЬШЕ?

В Минсельхозе продолжают надеяться, что в целом по году производство сливочного масла будет в плюсе.

- С учетом роста производства сырого молока ожидается и увеличение объемов выпуска продуктов переработки по итогам текущего года, - комментируют ситуацию в ведомстве.

Пока же в Союзмолоке сообщают: импорт сливочного масла из дружественных стран вырос. Это уже проверенный метод: примерно так же прошлой зимой решали проблему с подорожавшими яйцами. Об «активизации импорта» сообщил и вице-премьер Дмитрий Патрушев после совещания в среду с производителями молочной продукции и представителями торговых сетей. Что, по его словам, не отменяет «системного наращивания производства продукции» - на этот счет соответствующим ведомствам даны поручения.

- Снижение производства на 1,8% - это не те цифры, которые могут привести к дефициту сливочного масла, о котором сейчас вдруг заговорили. Мы год назад уже проходили что-то подобное с куриными яйцами. Видимо, нам каждую осень нужен какой-то товар якобы ажиотажного спроса, - заявил в эфире Радио «Комсомольская правда» (97,2 FM) **кандидат экономических наук, доцент кафедры общественных финансов Финансового университета Игорь Балынин**. - Масло в любом случае на полках будет. И, я думаю, как и в случае с яйцами, будут приняты какие-то меры, благодаря которым цены на него остановятся либо даже немного упадут.

Кстати, пресловутые яйца, вокруг которых год назад было сломано столько копий, сейчас, если верить Росстату, стоят почти на 20% дешевле, чем в конце декабря. Так и живем.

сливочного масла - от европейских до новозеландских - та же история. По тем или иным причинам сокращаются площади под животноводство и поголовье скота, а тут ученые «реабилитировали» сливочное масло, которое теперь уже не считается однозначным врагом сердца и сосудов, вот спрос и вырос. Как утверждают в Союзмолоке, в Новой Зеландии за год масло подорожало более чем на треть, а в Европе - на все 70%.

Какое это имеет к нам отношение? Совсем уж от международной торговли мы не отрезаны. И удорожание такой альтернативы на наш внутренний рынок тоже влияет: желающие подтянуть цены поближе к мировым всегда найдутся.

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

Сегодня День рождения комсомола! Все, кто не забыл
беспокойную юность, - отмечаем с любимой газетой!

1933

Комсомолу 15 лет! И поскольку он ленинский - портрет Владимира Ильича открывает номер. Но без Иосифа Виссарионовича этот выпуск был бы политически ущербным. Прекрасный карандашный портрет, специально «для юбилея номера «К. П.» выполненный Исааком Бродским, сопровождается подписью «ЛЮБИМОМУ ВОЖДЮ НАШЕЙ ПАРТИИ, ДРУГУ И УЧИТЕЛЮ ПРИВЕТ КОМСОМОЛЬСКОГО ПЛЕМЕНИ!»

Среди авторов выпуска - Максим Горький, Демьян Бедный, Всеволод Вишневский, Новиков-Прибой, И Константин Паустовский с маленьким шедевром «Медные доски»:

«Берг раздул костер. Глухая ночь стояла над лесным краем. Слепые зарницы, в беспамятстве, падали в озеро. Воздух крепко настаивался в чащах, на золотом листе, и от него кружилась голова.

Комсомолец Леня Рыжов - в простиорье Ленька Рыжий - проснулся и прислушался. На болотах кричали утки и журавли, в озере плескала рыба.

На рассвете напились чаю и пошли на мшары искать глухарей. Глухари паслись на бруслике. Синяя заря поднималась к зениту, и Бергу было почему-то жаль ночи, костра, диких запахов сырой осенней листвы и блеска зарниц, отражавшихся в черном озере.

Идти было скучно. Берг сказал:

- Ты бы, Леня, рассказал чего-нибудь повеселей.

- Чего рассказывать? - ответил Леня. - Вот разве про старушек, про вавших хозяек есть один факт. Старушки эти - дочери знаменитейшего художника Пожалостина. Академик он был, а вышел из наших пастушат, из сопливых. Его гравюры висят в музеях в Париже, Лондоне и у нас в Зaborье. Небось видели?

Берг вспомнил прекрасные гравюры на стенах своей комнаты, чуть пожелтевшие от времени.

Он поселился в Зaborье, глухой деревушке, у двух хлопотливых старух. Берг принял их за бывших учительниц. Они не спали по ночам - сторожили одичалый яблочный сад, охали, побаивались Берга, робко жаловались на несправедливости сельсовета. В комнатах их пахло тмином и сухой мяты.

Только теперь Берг вспомнил первое, очень странное ощущение от гравюр. То были портреты старомодных людей, и Берг никак не мог избавиться от их взглядов. Когда он чистил ружье или писал, толпа дам и мужчин в наглухо застегнутых сюртуках, толпа семидесятых годов смотрела на него со стен с глубоким вниманием. Берг подымал голову, встречался с глазами Полонского и Достоевского, повора-

«Готовься к великой цели, а слава тебя найдет»



пойдут эти замечательные портреты на гвозди для подметок. Надо их сдать в музей».

Старушка уперлась, даже дрожит вся. «Не дам, говорит, и в музей. До нашей смерти пусть тут остаются, а потом делайте, что хотите».

Я вернулся, говорю Степану - председателю сельсовета, что надо, мол, эти доски сдать в Рязанский музей.

«Ни черта подобного, говорит, - ты не хочешь, так другие сделают». И посылают за досками Егора с официальной бумагой. Так, думаю. Ну ладно. Бегу к старушкам, поспел раньше Егора, говорю: «Давайте мне доски на сохранение, иначе Егор их переплавит. Председатель у нас корявый, таких дел не понимает».

Старушки перепугались, отдали мне доски, я спрятал. Егор пришел ко мне, обыск хотел сделать. Я, прямо скажу, ударил его, выгнал из избы, а доски отправил в Рязань, в музей. После этого только успокоился.

- Ну, значит, созвали собрание, - судить меня за это дело. Я вышел и говорю: «Поступил я правильно, а Егор, верно, ударил сгоряча. Про гравюры мы толковать не будем, - не вы, а дети ваши поймут их ценность, а остановимся на почтении к труду. Человек вышел из пастухов, десятки лет учился на черном хлебе и испитом чаю, в каждую доску столько труда вложено, бесконных ночных, мучений человеческих, таланта...»

- Таланта! - повторил Леня громче, задумался. - Это понимать надо! Это беречь и ценить надо! Как же можно достигнуть новой жизни без таланта? Ну, одним словом, вины я своей не признал, хватил горя порядком, но одного добился, - Степана вывели из сельсовета, дело только позорил.

Леня остановился. Сквозь мелкий осинник, осыпавший лимонную листву, в полном переполохе спасался глухарь. Он пробирался сквозь чашу и шумел как медведь.

- Ну, черт с ним! - сказал Леня. - Меня занимает ваше мнение: прав был я или нет?

- О чём спрашиваешь? - ответил Берг. - Дело ясное.

Он посмотрел на Леня и улыбнулся. Ветер нес сухие листья берес и засыпал ими дальнее озеро. Осеня дышала запахами лесов, холодной воды, свежести. Леня нагнулся, понюхал старый мшистый пень и засмеялся:

- Чистый йод! - сказал он и вскинул ружье. - Пошли дальше!

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



1958



1983



Обложки нашей газеты -
ко Дню рождения комсомола.

Ведущие рубрики
Татьяна АДАБАШ, Елена ПОПОВА.

«От первого заказа дня я никогда не отказываюсь»

Андрей АБРАМОВ

27 октября отмечается День автомобилиста. Поздравить с ним можно каждого третьего жителя страны (по статистике ГИБДД, сегодня права есть у 56 млн человек), но особое внимание и слова благодарности - профессиональным водителям. По массовости представители профессии «соревнуются» только с педагогами и продавцами. А среди водителей солидное число занятых в такси. С ними мы и поговорили накануне праздника. Узнали, как приходят в индустрию, о чем мечтают и как проходит день водителей.

**Кирилл КАНТЕЕВ,
33 года**

Перед службой в армии Кирилл специально получил права - была договоренность с военкоматом, чтобы проходить службу водителем. До отправки в часть надо было чем-то заниматься. На работу временно-го сотрудника брать не хотели. И Кирилл стал таксовать.

После дембеля устроился водителем самосвала.

- Надеюсь, сейчас что-то изменилось, но тогда там очень нерегулярно платили. И я вернулся в такси. Потом автобус городской водил. Тогда мне нужно было пройти ряд обследований медицинских. А работодатель навстречу не пошел - не отпускали на процедуры. Ну и ладно: я в такси вернулся. Эта сфера цепляет своим графиком - ты сам его строишь. У меня ребенок маленький. Раньше, чтобы кудато везти, приходилось отпрашиваться у начальства. Стоишь краснеешь, неудобно, людей подводишь. И ведь не всегда навстречу идут. Неприятно, когда кто-то за тебя решает.

При этом Кирилл акцентирует: свободный график - не равно «можно ничего не делать». Выходить на линию пару часов в неделю - это просто подработка, на бензин. Если хочешь сделать такси стабильным доходом, следует все же регулярно брать заказы.

- Но крайностей нет. Среди моих коллег есть те, кто свободно выезжает на рыбалку, когда захочет. И те, кто с азартом готов еще и еще брать заказы, чтобы побольше заработать.

Кирилл прошел все тарифы - от эконома до бизнеса. Сейчас остановился на самом демократичном. Он принципиально работает только на своей машине - не берет в аренду. Хотя говорит, что какой-то pragmatichnoj целесообразности в этом нет. Просто так привык. А цены на представительские авто нынче кусаются.

Собеседник рассказывает, что в приеме заказов нет ничего



Кирилл Кантеев.

сложного - жмешь кнопку и едешь по навигатору от точки до точки. Через пару месяцев начинаешь подмечать выигрышные нюансы: когда пассажиров больше, когда ценник на поездку выше, в каких районах города всегда высокий спрос.

- А еще есть у меня примета: от первого заказа дня никогда не отказываюсь. Как он прошел - так и день пройдет.

**Алексей ФИЛАНТ,
58 лет**

Семья Алексея из Салехарда перебиралась в Питер.

- А в новом городе куда пойдешься? Немолодой уже: на работу с хорошим доходом не возьмут незнакомца. Решил в такси, тут больше зарабатываешь. Тем более уже был опыт. Правда, тогда на рациях работали, а сейчас приложение удобное. Последние годы я смотрел канал одного блогера - у него таксопарк свой. Вот к нему и пошел. Душевно приняли, очень хороший коллектив. Собираемся на обед, кофе пьем, новости обсуждаем.

Алексей большую часть жизни проездил на иномарках: были у него и малолитражки, и сверхпроходимый «Хаммер». В такси взял «Ладу Весту». Признается: приятно удивлен, особенно ремонтопригодностью.

- Она как надежный рабочий молоток! Отечественный



Shutterstock

автопром очень далеко шагнул по сравнению с тем, что 20 лет назад выпускали. Для поездок в тарифе эконом - самое лучшее. А в эконоеме больше всего заказов, им пользуются все: нередко садятся люди, дорого одетые, выходящие из красивых офисов. То есть видно, что руководитель. А вообще замечу, что пассажиры в последние годы стали аккуратнее, что ли, приличнее. Как-то сел ко мне мужчина интеллигентный. Говорит: «Можно вас попросить открыть окно?» Я в шутку: «Попросите!» Завязалась дружеская дискуссия: уместно ли озвучивать просьбу в такой форме. В общем, я проиграл: оказалось, у мужчины докторская степень по филологии, он лингвист.

Водитель сам не прочь проехаться в такси, только уже на пассажирском сиденье. Говорит, что из солидарности всегда оставляет коллегам чаевые. А сам любит откинуться в кресле и смотреть в окно.

- Постоянно еду и удивляюсь: «Ох ты! Вот это сквер сделали. Ой, а тут новые поборники». Жена удивляется: «Ты же постоянно по всему городу ездишь, как не видел этого раньше?» Так я за дорогой слежу: трафик, знаки, навигатор. Город не успеваешь смотреть. А так любим с семьей выбраться в центр на такси и погулять.



Алексей Филант.

**Алексей ТИМОФЕЕВ,
33 года**

- В детстве у отца была «шестерка». Мама заставляла его, чтобы отвезил нас с братом на пустырь и учил водить. А отец машину берег, он не рвался. Но мама считала, что мужчина обязательно должен уметь управлять автомобилем.

В такси Алексей начал на своей машине, потом отдал ее супруге, сам взял другую в аренду. Рассказывает, что в его парке отношение к транспорту - прекрасное. Всегда обслуживают, если неполадки - быстро чинят.

- Уже четыре года в такси. До этого в грузоперевозках работал. Вставал в два ночи, чтобы молочку развезти. Честно: устал от такого режима. А водила - он везде водила, так что чуть сменить сферу не составило труда. На «водилу» я не обижаясь, мы с коллегами по парку сами себя так называем.

Сейчас Алексей на линии по восемь часов в день. Сам установил себе такой график. Просыпается в 9.30. Программу для приема заказов он запускает после обеда. До этого успевает детей закинуть в школу и кружки.

- Я очень люблю быть за рулем, по стране ездить, по городу, смотреть по сторонам. К водителям у нас особое отношения. Сколько раз ко мне садились в машину и спрашивали

вывод: «Извините»



Алексей Тимофеев.

БЛИЦ!

Кто самый крутой водитель в мире?

Алексей Филант	Тот, который из точки А в точку Б приезжает без приключений.
Кирилл Кантеев	Это некий образ, а не реальный человек. Ведь идеальных людей не существует.
Алексей Тимофеев	Вин Дизель и Джейсон Стэтхэм, когда играют в кино.

О чем мечтает таксист?

Алексей Филант	Чтобы мой труд оценивали по достоинству.
Кирилл Кантеев	Открыть свой бизнес - именно в этой сфере. Расставаться с ней я не хочу.
Алексей Тимофеев	Вывезти семью на море.

Клуб любознательных

Ученые хотят распылить в атмосфере алмазную пыль, чтобы остановить глобальное потепление.



Евгений АРСЮХИН,
научный обозреватель
«КП»

Цена вопроса - 200 триллионов долларов. На такую сумму закупят алмазов, тщательно измельчат и разбросают с самолетов. В исследовании (опубликовано в журнале *Geophysical Research Letters*) испытаны разные вещества, которыми планируют пылить, но алмазы лучше всего.

ЗАЛИЛО И СДУЛО

Как остановить глобальное потепление? Один из самых спорных способов - распылить что-нибудь в атмосфере. Пыль отразит часть солнечного света, Земля нагреется меньше. Звучит так себе - и без того дышать нечем, но затея приобретает все большую популярность.

И она не такая уж фантастичная. Алюминиевой крошкой уже потихоньку засевают облака. Из-за этого на мировом рынке даже наметился дефицит глиттера - блесток (используются, например, в декоративной косметике). Он, глиттер, производится именно из алюминия, и на все нужды не хватает. Глобальное потепление алюминиевые облака не остановили, зато жители тех мест, где проводят опыты (дело происходит в США), жалуются на аномальные ураганы и ливни. Что ж, так и должно быть: алюминиевые частицы служат ядрами конденсации для капелек воды. И хотя об этом написано в любом учебнике по метеорологии, власти уверяют: нет, это не от этого!

Но алюминий - это как-то тускло. Борьбу с глобальным потеплением пора выводить на гламурный уровень. «Эх, мама, шикарам, пройдусь босым, да по звездам», - подумала очередная международная команда исследователей. И зашла с козырьей.

ДЫШИТЕ НЕГЛУБОКО

Предполагается выбрасывать в атмосферу 5 миллионов тонн пыли ежегодно. Это позволит охладить Землю на 1,6 градуса и держать средние температуры чуть ниже точек, которую считают критической традиционные климатические модели.

Акция продлится 45 лет, и стоить вся эта пылевая завеса будет суммарно около 200 триллионов долларов. Но разве деньги играют роль, когда на кону выживание цивилизации?

Алмазная пыль хороша тем, что медленно оседает (но в конце концов окажется в наших легких), а алмазные

Нас ждет небо в алмазах.

Буквально

крупинки не слипаются. Последнее крайне важно: слипшиеся частицы в первую очередь становятся ядрами конденсации воды и меняют климат не в ту сторону, куда планировалось.

В исследовании изучены и другие вещества - в первую очередь сера, которая, по словам авторов опуса, «не будет стоить практически ничего». Именно ее извергают вулканы (так, извержение Пинатубо в 1991 году охладило Землю на 0,5 градуса). Но есть нюанс - кислотные дожди. От алмазов, конечно, именно кислотных дождей не будет.

ГОД БЕЗ ЛЕТА СВОИМИ РУКАМИ

Ученые до конца не знают, чем аукнутся их опыты. Дышать алмазной пылью - это, по сути, дышать мелким песком или сажей. Шахтеры знают, что такая силикатная болезнь (когда человек вдыхает пыль с кремниевой кислотой и окислами металлов). Но это далеко не все.

Вообще-то до истерии с глобальным потеплением считалось, что извержения вулканов - крайне вредная штука. Они в самом деле существенно влияют на климат. Знаменитый «год без лета» (1816-й), когда постоянно лили дожди, погиб весь урожай, а люди чем только не заболели, был вызван именно извержением вулканов, выбросивших в атмосферу тонны сажи, заслонившей солнце. С тех пор установился термин «вулканическая зима», который в наши дни сменился на «ядерную зиму» - по воздействию на планету это почти одно и то же.

Теперь человек собирается вызвать вулканическую зиму своими руками. Хорошо ли это?

Распыление серы или алюминия может изменить условия, при которых протекает Эль-Ниньо (температурные процессы в океане, критически меняющие климат), признано в исследовании. И куда после этого пойдет планету, ученые не знают. Не так идеальна алмазная пыль, как это рисуется в математической модели

Чтобы остановить глобальное потепление, ученые хотят распылить в атмосфере алмазную пыль.

Спутники спорошком

Алмазная пыль хороша тем, что она медленно оседает вниз.

Земля

Орбита

Стоимость проекта - \$200 трлн

Продолжительность - 45 лет

КАКИЕ ЕСТЬ МИНУСЫ?

В конце концов алмазная пыль все равно окажется в легких.

По данным *Geophysical Research Letters*.



- И вот
эту красоту вы
в пыль хотите
превратить?

БИЗНЕС НА КЛИМАТЕ

В научно-популярной прессе уже появились комментарии на этот счет, и они... странные. Все сводится вот к чему: мы не знаем, не наломаем ли дров. Но если игнорировать геоинженерию (так называется эта отрасль науки), она не исчезнет. Наша (то есть общественности) задача - направлять геоинженерию в нужное русло.

Стоп. Геоинженерия - это явление природы или пришествие всесильных инопланетян? Никакой геоинженерии не будет, если правительства скажут «нет». И не такое запрещали. Раз и навсегда заявить, что не будет ни зеркал в космосе, которые затенят целые страны, ни пыли. Пусть даже алмазной. Но в том-то и штука, что правительства западных стран, очевидно, не хотят говорить «нет».

Борьба с глобальным потеплением уже давно стала не менее глобальным бизнес-процессом, на котором делают громадные деньги, а сделают еще больше. Поэтому нужны дорогие проекты. Загрузить химическую промышленность на 45 лет вперед заказом на изготовление искусственных алмазов - что может быть лучше.

Никогда еще из-под яркого плаща «климатической инициативы» так явственно не торчали лохмотья корысти.

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

ХИТ ПРОДАЖ

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 странице. Советы Аиды действительно работают и облегчают жизнь. Многое улучшила в плане стирки и уборки, множество лайфхаков использую в быту. Мегаполезная книга!»

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



Не усложняйте!

- ✓ Просто протрите плиту сразу после готовки на ней.
- ✓ Просто протрите раковину после того, как помыли посуду.
- ✓ Просто уберите мыльную воду со стенок душевой водосгоном 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

Заключенные полгода рыли тоннель, чтобы сбежать из колонии

**Анна ГРЕБЕНКИНА,
Юлия МИРОШНИЧЕНКО,
Ольга АФАНАСЬЕВА,
Анна КОМАРОВА**

Пятерых беглецов удалось задержать по горячим следам, еще один исчез в неизвестном направлении.

ПЛАН «ПЕРЕХВАТ»

Почти повторили сюжет фильма «Побег из Шоушенка». В выходные из колонии ИК-2 на окраине Липецка скрылись шестеро заключенных. Все они выходцы из Средней Азии, предварительно - жители Узбекистана. Отбывали наказание за совершение тяжких и особо тяжких преступлений - убийства, грабежи, разбои, изнасилование, наркотики. Самому младшему - 19 лет, остальные на 7-8 лет старше.

Как сбежали? По данным источников в правоохранительных органах, арестанты сделали подкоп примерно в 65 метров. Работа эта, по некоторым данным, продолжалась около полугода, и никто якобы не замечал трудяг.

Лаз официально обнаружили утром 26 октября: проверяющие наткнулись на тоннель, который вел за пределы колонии. Начали пере-

считывать заключенных и недосчитались шестерых. Тут же был объявлен план «Перехват», в воздух подняли беспилотники для выслеживания беглецов. Пятерых поймали в тот же день. На момент сдачи номера (вечер 28 октября. - Ред.) один еще скрывался. В липецкой полиции рассказали, что радиус поисков расширили. Ориентировки разослали по всей стране. Выставлены временные разыскные посты. Поиски будут продолжать до результата - побег из колонии не имеет срока давности. Если преступник скрылся за границей, его объявят в международный розыск.

Сбежав из колонии, заключенные бросились в разные стороны. Трех задержали в Тамбовской области - их остановили для проверки документов, еще один прятался в частном секторе в селе - его заметил местный житель.

Еще двое преодолели более 70 километров и оказались в Липецкой области. Как передвигались? Веро-

МВД РФ



Длина тоннеля - около 65 метров.

Побег был тщательно спланирован - осужденные переоделись в гражданскую одежду, с собой у них были ножи.

направлялись домой, за границу. При себе у них были ножи.

ИХ ЯВНО КТО-ТО ПРИКРЫВАЛ

Так как же удалось заключенным провернуть такую операцию? Каким-то образом они раздобыли лопаты и принялись рыть подкоп в заброшенном помещении промзоны. Постарались на славу - тоннель довольно высокий, длинный. Внутри него обнаружили арестантские костюмы.

Известно, что при задержании как минимум один преступник оказал сопротивление, полицейским пришлось применить табельное оружие. МВД России также опубликовало видео допроса сбежавших заключенных. Они признались, что

органов. В 2020 и 2021 годах в СМИ появлялась информация, что здесь не соблюдают режим содержания. Якобы осужденные могут распивать спиртные напитки, жарят шашлыки, могут пользоваться мобильными. Тогда подтверждения этим сообщениям не нашли, но нарушителей, пренебрегавших должностными инструкциями, все же обнаружили. Кого-то привлекли к строгой дисциплинарной ответственности, кого-то уволили. А уже в этом году 22 октября около ИК-2 задержали мужчин, которые пытались переправить через забор свертки с наркотиками.

ОФИЦИАЛЬНО

Сбежавшим из колонии заключенным грозит увеличение срока минимум на пять лет.

- Также ужесточится режим содержания. Но это если без последствий. Если вдруг заключенные что-то натворят, то могут уйти и на пожизненное. Это очень серьезно, - отмечает руководитель Совета общественных наблюдательных комиссий Воронежской области Анатолий Малахов.

Кроме того, заведено уголовное дело по факту халатности должностных лиц ИК-2. Сейчас проводятся допросы, изъята документация. Во все исправительные учреждения ФСИН РФ направлены оперативные группы для мониторинга обстановки. Вероятно, могут быть расформированы учреждения, где не хватает сотрудников.



У кота, увы, не было шансов выжить.
Из-за ожирения рак диагностировали слишком поздно.

Алена ОВЧИННИКОВА

Не стало прославившегося на всю страну кота-тяжеловеса Крошика. Эта внезапная новость расстроила тех, кто три последних месяца следил за историей его похудения. Напомним, летом 17-килограммового кота нашли в подвале пермской больницы.

Санитарки подкармливали его котлетами и раскормили так, что тот уже не мог вставать на лапы. Испугавшись за него, они обратились к специалистам. Крошику тогда было 12 лет, и, судя по его повадкам, он никогда не жил в любящей семье, а все время ютился по холодным подвалам.

Чтобы у кота появились шансы

БРАТЬЯ МЕНЬШИЕ

Прощай, Крошик

В Перми умер один из самых толстых котов России, который последние месяцы отчаянно пытался похудеть.

выжить, его забрали в специальный реабилитационный центр. С августа вместе с реабилитологами уверенными шагами Крошик шел к своему похудению. Мокрыми лапами он топал по водной беговой дорожке и ел обезжиренный корм, а однажды поставил лапы на пухик и запрыгнул на него сам. Это был прогресс. Став лучше себя чувствовать, он даже пытался удрать из центра, но, выскочив из вольера и пройдя несколько метров, все же застрял в обувной полке у двери.

Стрелка весов на взвешивании показывала 15,9...15... 14,2! И все верили, что впереди похудевшего кота ждет счастливая жизнь у нового заботливого хозяина, но неожиданно его состояние

ухудшилось, начались проблемы с дыханием.

Крошика экстренно госпитализировали и поместили в кислородную камеру, но это не помогло. Из-за внутреннего кровотечения, которое началось стремительно, он начал задыхаться и вскоре умер. Произошло это не из-за ожирения, а из-за новообразования в селезенке и метастазах в других внутренних органах, которые лишь в последние дни смогли обнаружить у животного. Лишний вес тоже повлиял. Если бы кот был худее, то рак удалось бы выявить ранее.

- У Крошика уже не было шансов, ему ничем не смогли помочь даже самые лучшие врачи, которые не раз вытягивали из лап смерти

самых безнадежных пациентов, - говорит врач-реабилитолог Екатерина Каменкова, она работала с котом все три месяца.

- Если бы два дня назад кто-то сказал мне, что Крошика не станет, я бы точно не поверила. Он уже сам начал передвигаться - выбирал себе самые уютные лежанки, застыгивал на пухики. Но этой ночью (27 октября. - Ред.), увы, это стало реальностью, - рассказала «КП» основатель приюта для кошек «Матроскин» Галия Море.

Крошика называли одним из самых толстых котов России. Больше него - 20 кг весил разве что кот Степан с Алтая, умерший от рака в 2023 году.

О проблемах с лишним весом у людей > стр. 12.



Видео с Крошиком смотрите на сайте





Никита МАНЬКО, Ева ЛЮТОВА («КП» - Новосибирск)

Женщина собирается требовать компенсацию в ту же самую сумму, чтобы купить на нее квартиру детям.

В Новосибирске с трудом суд признал свою ошибку. Уборщица Айнагуль Борбуева 19 месяцев провела в СИЗО за похищение 7 миллионов рублей. Вот только за это время ни обвинитель, ни полиция не смогли доказать, что эти деньги вообще были в сумке.

ПОТЕРЯННОЕ СОСТОЯНИЕ

В ноябре 2021 года в полицию с заявлением пришел предприниматель Владимир Лисивцев (фамилия изменена). Говорит, позавчера (то есть пропажу заметил даже не сразу!) отдохнул в ресторане с другом-юристом, вышел из заведения пьяным, вызвал такси, а на улице оставил сумку, и было в ней... 7 миллионов рублей! Деньги эти он якобы получил от продажи машины, половины доли квартиры и еще одной однокомнатной квартиры в Новосибирске.

- И еще там были заемные средства - в семи банках взял в кредит около трех миллионов рублей, - сначала рассказывал «КП» бизнесмен. Эти деньги предприниматель, по его словам, хотел положить на два брокерских счета, так как играл на бирже.

Опера отсмотрели камеры: вот лежит сумка из-под ноутбука, вот ее подбирает и уносит случайная прохожая. На женщину быстро вышли и арестовали. Ею оказалась мигрантка, 44-летняя уборщица Айнагуль Борбуева.

■ КОММЕНТАРИЙ ПРОКУРАТУРЫ

Екатерина МАХОВА, прокурор апелляционного отдела прокуратуры Новосибирской области:

- Апелляционную жалобу адвокатов поддерживаю частично. Доводы защитников о том, что в действиях Борбуевой усматривается находка, противоречат действующему законодательству и материалам рассматриваемого уголовного дела. Борбуева, обнаружив сумку, не приняла мер для установления владельца, с корыстной целью изъяла имущество, скрыла его. Из показаний следует, что она знала, что сумка кому-то принад-

Уборщица отсидела полтора года за кражу 7 миллионов, которых не было

Та рассказала, что нашла сумку по пути на работу. Внутри было пусто, просто поставила в подсобку и забыла.

Это же она поведала и полиции. Но над ее заверениями, что деньгами в сумке даже не пахло, только посмеялись. Айнагуль даже прошла полиграф, который показал: не врет. Но ее все равно отправили в СИЗО. Обвинение серьезное: «кража в особо крупном размере», это до 10 лет колонии.

СТРАННЫЙ ПОСТРАДАВШИЙ

Потом суд. На нем бизнесмен стал вести себя странно. Например, попросил строго не наказывать мигрантку, перестал общаться с журналистами. Тем временем адвокаты уборщицы провели свое расследование и выяснили, что Лисивцев весь в долгах. Должен кредиторам 6 320 558 рублей 27 копеек - считай, почти те самые пропавшие 7 миллионов. Со-впадение? А вот еще один факт - себя Лисивцев сразу после исчезновения сумки начинает банкротить, только взять с него почти нечего. От недвижимости-то он избавился. Понимаете, какая ситуация? Жилье продал, а деньги украли. Отдавать нечего. Выгодно!

И все равно первое решение суда было в пользу бизнесмена. Октябрьский районный суд присудил Борбуевой два с половиной года в колонии общего режима. Но она обжаловала. И уже Новосибирский областной суд освободил женщину из-под стражи: признали, что нет никаких доказательств того, что деньги были. И все равно мигрантку судили за кражу уже пустой сумки, суд оценил ее аж в 10 000 рублей. Назначили штраф в 60 тысяч, правда, тут же его

отменили, так как мигрантка и так столько времени провела в СИЗО. Выходя на волю, уборщица вновь заявила: не согласна с приговором!

РАСТРОГАЛИ НЕ СЛЕЗЫ, А ФАКТЫ

Новосибирский областной суд заказал новую экспертизу, чтобы выяснить: так сколько же стоит сумка? Результаты шокировали: три года назад цена ей была 267 рублей 00 копеек.

- А ущерб меньше 2,5 тысячи рублей кражей и уголовным преступлением не считается, - объясняет адвокат женщины.

На последнем слове в Новосибирском областном суде Айнагуль рыдала. Но суд подкупили не слезы, а факты: невиновность женщины признали окончательно.

«У МЕНЯ ТЕПЕРЬ ЕСТЬ ЦЕЛЬ - КОМПЕНСАЦИЯ»

После суда Айнагуль долго не могла успокоиться.

- Я сейчас не могу говорить. Сколько здоровья, нервов ушло... - призналась она «Комсомолке». - Всё, теперь будем писать на реабилитацию, получим компенсацию. Когда добьемся, тогда можно ехать на родину, к внучке.

Уборщица не скрывает, что на деньги хочет купить квартиру в Узбекистане. А ее адвокат добавляет, какая будет их сумма иска:

- Суд признал право на реабилитацию, и мы будем требовать компенсацию в 7 миллионов рублей.

P.S. Теперь, когда Борбуева полностью оправдана, за дело должны взяться вновь следователи, так как дело не раскрыто. Им бы проверить потерпевшего: «У вас точно эти семь миллионов были? Может, вы что-то перепутали?» Не исключено, что в этом деле надлежит сменить уголовную статью: вместо кражи - заведомо ложный донос о совершении преступления.

лежит. При этом Борбуева не заявляла о находке в полицию или администрацию, не обратилась на пост охраны отеля или ресторана (где отдыхал бизнесмен) либо своего ТСЖ, где работала. Тот факт, что она обнаружила сумку по пути на работу, не снимает с нее обязанности обратиться в компетентные органы и сообщить о находке. Хотя, конечно, по закону хищение имущества, не превышающего по стоимости одной тысячи рублей, признается мелким хищением, за которое наступает административная ответственность, а не уголовная.

Любимая газета страны
КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВА ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

ЧИТАЙТЕ
В НОМЕРЕ!

Любой артист за ваши деньги

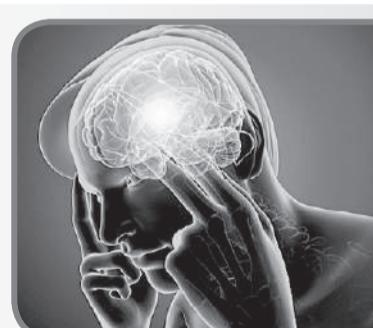
Сколько зарабатывают звезды за выход на красную дорожку



Астропрогноз на ноябрь для всех знаков зодиака



Почему попа Ким Кардашьян стала лицом эпохи



Тайны инсульта: спастиесь от взрыва в мозге

В продаже с 30 октября

РЕКЛАМА 12+

Эксперты обсудили, из-за чего в России так много людей с ожирением.



Анна КУКАРЦЕВА

По данным Всероссийского союза пациентов, 62,5% взрослых людей в РФ имеют предожирение или ожирение. Министр здравоохранения Михаил Мурашко недавно озвучил такую цифру: сорок четырьмя миллиона россиян имеют избыточный вес или ожирение, то есть индекс массы тела выше 30 (при норме 18 - 25).

Всем понятно, что ожирение - это плохо. При лишнем весе тяжелее протекает борьба с инфекциями. Из-за осевших на талии килограммов жира развиваются тяжелейшие неинфекционные недуги - гипертония, варикоз, жировой гепатоз печени. У полных людей чаще случаются инфаркты и инсульты. Но, как правило, проблемой ожирения начинают заниматься всерьез, с привлечением медиков, только когда возникает какое-то сопутствующее заболевание, например, диабет. То есть, говоря без экивоков, когда уже поздно.

На IV Экспертном форуме Всероссийского союза пациентов «Ожирение, метаболизм и продолжительность жизни» эксперты обсуждали, что лишний вес нужно лечить сам по себе, не дожидаясь развития других болезней.

МУЖЧИНЫ РЕЗКО ПОПОЛНЕЛИ

Главный внештатный специалист по терапии и общей врачебной практике Минздрава России, директор НМИЦ терапии и профилактической медицины Оксана Драпкина рассказала, что за последние 20 лет в 2,5 - 3 раза выросло ожирение у мужчин:

- Надо понимать, что ожи-

Катерина МАРТИНОВИЧ/КП - Москва

Чем ближе магазины, тем больше лишний вес

жение не возникает в одиночку, это накопительный эффект. Когда слишком много калорийной пищи и мало движения, такой образ жизни рано или поздно приведет к избыточной массе тела. Это два основных катализатора ожирения.

Но есть и немало сопутствующих факторов. Например, существуют четкие научные доказательства такого феномена: в одном городе, в одном районе, но на разных улицах количество людей с повышенным индексом массы тела может быть разным, в зависимости от того, что находится на этих улицах - какие магазины, какие продукты, какая реклама транслируется. Если, например, в рекламе нездорового питания (чипсов или сахаросодержащих напитков) участвуют знаменитости, особенно спортивные знаменитости, то, скорее всего, мальчики, которые это видят, будут отдавать предпочтение таким же продуктам.

- Необходимо разрабатывать и какие-то региональные программы, которые помогут бороться с ожирением, - считает д. м. н., профессор, заместитель директора ФИЦ питания, главный специалист Департамента здравоохранения Москвы по диетологии Антонина Стародубова. - Есть регионы, где ожирение на низком уровне, это Москва, Санкт-Петербург, некоторые кавказские республики. В них распространенность ожирения среди населения - 11 - 13%. Но есть регионы, где эти цифры в районе 30%, например, Орловская, Курганская, Воронежская области.

Одна из возможных разгадок (но явно не исчерпывающая) - погрешности счета. Как сказала директор Института клинической эндокринологии, член-корреспондент Российской академии наук, д. м. н., профессор Екатерина Трошина, статистика - вещь лукавая. Есть официальные данные Росстата, но есть и масса людей, которые годами не бывают у врачей и не проходят диспансеризацию. А значит, не попадают в эту статистику. При этом проблема лишнего веса у них, что называется, видна невооруженным глазом.

ОЖИРЕНИЕ НАЧИНАЕТСЯ ЕЩЕ ПРИ ЗАЧАТИИ

На самом деле лишний вес - это не всегда образ жизни (хотя, конечно, в большинстве случаев именно он).

- Если ребенок рождается с весом 4 - 4,5 килограмма или меньше 2 - 2,5 кг, это означает, что у него уже заложены будущие проблемы со здоровьем, - говорит д. м. н., профессор, заведующий кафедрой

эндокринологии Российской медицинской академии непрерывного профессионального образования Минздрава России Александр Аметов. - Потому что именно в утробе матери происходит процесс, который называется «метаболическое программирование». Как правило, у таких детей уже выраженная инсулинорезистентность (клетки не реагируют на инсулин. - Ред.), а это мощнейший фактор риска. К 35 - 40 годам у таких детей в семь - десять раз выше риск развития любых метаболических заболеваний (заболеваний обмена веществ. - Ред.). Это и ожирение как таковое, и сахарный диабет второго типа, и артериальная гипертензия, и жировая болезнь печени, и ишемическая болезнь сердца, фактически сердечная недостаточность. Можно бесконечно продолжать этот перечень заболеваний, которые стоят в начале списка причин смерти наших пациентов. Так что начинать контролировать ожирение нужно еще на этапе планирования семьи.

Кстати, этот вопрос обсуждали на Европейском конгрессе по сердечно-сосудистым заболеваниям. Ожирение и сердечно-сосудистые заболевания становятся глобальной проблемой, распространность ожирения растет повсеместно: каждый пятый взрослый человек в Европе и каждый восьмой в мире имеет ожирение. По выводам, сделанным на конгрессе, профилактические меры должны быть сосредоточены на детях и раннем подростковом возрасте. Это принципиально важно.

Как отметил сопредседатель Всероссийского союза пациентов Юрий Жулев, ожирение должно быть признано отдельным видом заболевания, поскольку распространенность проблемы приобретает характер эпидемии:

- Акцент должен быть на профилактировании, на недопущении тех тяжелейших осложнений и хронических заболеваний, которые развиваются вследствие избыточной массы тела и ожирения. Необходим пересмотр клинических рекомендаций и стандартов оказания медицинской помощи для взрослой когорты пациентов.

Идея экспертов в том, что на проблему лишнего веса у пациентов нужно вести наступление сразу со всех фронтов, с разных врачебных специализаций. А еще лучше - так выстраивать систему медицинского наблюдения, чтобы до ожирения и не доходило.

КСТАТИ

НИЗКОКАЛОРИЙНЫЕ ДИЕТЫ ХУДОБЕ НЕ СПОСОБСТВУЮТ!

Как рассказала Антонина Стародубова, профессиональные диетологи редко назначают низкокалорийные диеты при лечении ожирения, потому что у них много побочных эффектов:

- Во-первых, низкокалорийные диеты должны назначаться с учетом индивидуальных особенностей пациента. А как правило, у людей с лишним весом много сопутствующих заболеваний. То есть ограничительные диеты не могут быть назначены по медицинским показаниям. Кроме того, мы сталкивались с большим количеством негативных последствий:

- снижение качества жизни (из-за слабости и побочных эффектов),
- потеря мышечной массы тела,
- дефицит витаминов и микроэлементов,
- плохая переносимость холода,
- запоры,
- депрессии,
- риск рикошета набора массы тела после отмены этого низкокалорийного рациона, особенно если это очень низкокалорийная диета или экстремально низкокалорийные диеты.

И самое главное - полная потеря доверия к диетологической помощи и к врачу. Ведь человек хочет, чтобы ему стало лучше, а на деле получается наоборот. Специалисты видят выход в перестройке образа жизни и пищевых привычек под контролем врача и с помощью лекарственных препаратов. Но для этого человек должен обратиться с проблемой к доктору. Или хотя бы прийти на диспансеризацию.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



Наступает сезон инфарктов и инсультов. Как уберечься, читайте на нашем сайте



Николаю Карабченцову говорили: Только русские могут так играть. Невозможно же каждый день рвать кишки на сцене!

Окончание.
Начало < стр. 1.

Он «считал, что танцовщик - это самое лучшее, чем должен заниматься мужчина. Конечно, знал, что балетные люди должны быть растянуты и выворотны. И сам себя растягивал. Что, например, означает - выворотные? Читал я запойно, и вот, скажем, уткнулся я в толстый журнал, ложусь на спину, пятки подтягиваю под попку, а колени прижимаю к полу грудой книг, чтобы ноги выворачивало...»

Но та же мама сделала все, чтобы оборвать увлечение сына. Потому что знала, как тяжела жизнь балетных людей, уходящих на пенсию в 40 лет и становящихся никому не нужными после травм. И в 9 лет, когда, по идеи, надо было отдавать сына в хореографическое училище, его туда не отдала. «Я уже жил и рос как нормальный московский мальчик с Чистых прудов. Мама много ездила, редко меня воспитывала, чаще этим занималась улица...»

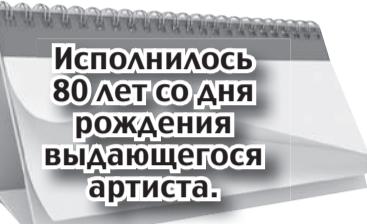
Воспоминания актера в очередной раз переизданы в книге «Николай Карабченцов. Глазами семьи и друзей», вышедшей в издательстве «Бомбара» к его 80-летию. В 2005 году Николай Петрович попал в автокатастрофу, после которой утратил возможность полноценно играть. Долго лечился, а в 2018-м скончался от рака. Сегодня все-таки хочется вспомнить того блестящего, полного жизни актера, которым он был в молодые и зрелые годы.

**«ВЫ ДОЖИВЕТЕ
ДО СЕДИНЫ,
НО БУДЕТЕ ИГРАТЬ
ТИЛЯ УЛЕНШПИГЕЛЯ!»**

Мама Коли чаще работала за границей - то в Улан-Баторе, то в Ханое. В Монголию мальчик поехал с ней, а во Вьетнаме специальной школы для советских детей не оказалось, и он остался в Москве, в интернате. Где существовало нечто вроде клуба искусств - детям расска-

зывали о театре серьезные дяди вроде Анатолия Эфроса. Потом были студии для старшеклассников - при Центральном детском театре и при Доме кино. Ну а потом - Школа-студия МХАТ, после которой его «распределили» в «Ленком», переживавший не лучшие времена. Впрочем, через несколько лет главным режиссером театра стал Марк Захаров, до того наделавший шуму в Театре сатиры.

Карабченцов вспоминал их первую встречу: «Я пришел после отпуска в «Ленком», вышел в фойе - пустой театр и наткнулся на нового



главного режиссера, который разглядывал физиономии артистов - фотографии всей труппы, что у нас, как в любом театре, вывешены в фойе. Он, как сейчас это вижу, резко повернулся в мою сторону: что за человек? - такой резкий поворот. Не так чтобы легко: ой, здрасте, приятно встретиться. Нет. Резко. Молча».

Неслыханное дело: со всеми актерами Захаров был на вы и называл их по имени-отчеству. В первой его громкой постановке, «Автоград-21» по Юрию Визбору, 29-летнему Карабченцову досталась небольшая роль, но потом Захаров подошел к нему и спросил, читал ли он «Тиля Уленшпигеля» Шарля де Костера. Он ответил: «Читал». Захаров сказал: «Перечитайте еще



В браке с Людмилой Поргиной актер прожил 43 года.
У них сын и трое внуков.

Екатерина ЧЕСНОКОВА/РИА Новости

ГЛАВНЫЕ ФИЛЬМЫ

- «Старший сын» (1975)
- «Собака на сene» (1977)
- «Приключения Электроника» (1979)
- «Белые росы» (1983)
- «Человек с бульвара Капуцинов» (1987)
- «Дежа вю» (1989)
- «Криминальный квартет» (1989)

Дмитрий ПОЛУХИН/
Комсомольская правда

го сына», экранизации пьесы Александра Вампилова. Снимали в Ленинграде, Карабченцов только что женился, и Евгений Леонов специально ходил к директору гостиницы, просил, чтобы молодоженам дали большой номер. С Леоновым Карабченцов подружился, часто вели доверительные беседы. Николай Петрович на всю жизнь запомнил его фразу: «Коля, понимаешь, я не могу изменить жене, это мне будет стоить инфаркта. Я буду так бояться, так переживать, что ничем хорошим поход налево не закончится».

В 90-е, когда отмечался юбилей «Ленкома», Борис Ельцин вручал ордена и прямо на сцене театра объявил, что он дарит ведущим актерам театра по машине. Николай Петрович вспоминал: «Кто-то продал, кто-то взял себе. Я решил взять - не каждый день президент мне дарит подарки... В районе Люберец был такая «Автогрант», там было отделение, куда специально подъезжали эти подарочные машины, и эти же люди мне говорят: «Продавайте как можно скорее». Я говорю: «Нет, я все равно возьму». А там, знаете ли, брелочек с гербом России, так все красиво... Эти люди мне: «Вы на какой машине ездите?» Отвечаю: «Я на японской езжу». «Ну вот вы сейчас поедете от Люберец в Москву, почувствуете разницу». Еду, вроде бы все нормально, немного жестковат руль, но так вроде ничего... Решил прикурить. Нажал на прикуриватель, достал сигарету, прикуриватель выскочил, я за него потащил, а вместе с ним вся панель на пол - бу-бух! В общем, разницу я ощущил, и, к сожалению, машина долго не прожила».

Денис КОРСАКОВ.



С Михаилом Боярским в драме
«Старший сын» (1975).
После этого фильма Карабченцов
стал кинозвездой.

Кадр из фильма



В приключенческой комедии
«Пока безумствует мечта» (1978)
артист показал себя с другой стороны.

Кадр из фильма

Евгения РУДИНА

Своим недавним появлением на международном фестивале «Кино Браво» 39-летняя **Мария Кожевникова** спровоцировала волну слухов о пятой беременности. Для выхода на дорожку актриса выбрала алое платье, которое не лучшим образом подчеркнуло фигуру. Мария, родившая четвертого сына в сентябре прошлого года, опровергла слухи, пояснив, что просто до сих пор не пришла в форму. При этом 35-летняя **Мария Погребняк**, ставшая мамой в четвертый раз месяц назад, уже через неделю выглядела так, будто и не рожала. Мы собрали истории звезд, которые быстро восстановились после родов всем на зависть.

**Мария ПОГРЕБНЯК**

Мария родила четвертого сына Владимира от мужа **Игоря Головинского** 6 сентября. А через четыре

дня 35-летняя владелица продюсерского центра продемонстрировала такую фигуру, будто и не рожала. Она не скрывает, что почти сразу после родов надела корсет и утягивающее белье. На протяжении девяти месяцев она следила за питанием и вела активный образ жизни.

«Во время беременности я контролировала, что попадает на мой стол. Белок, полезные жиры, овощи и фрукты - вот основа моего рациона. Отказ от вредных привычек и от излишков сахара сделал свое дело», - рассказала Погребняк. Беременная блогер плавала, ходила на йогу и в тренажерный зал. От растяжек Марии помогли бандажи, специальное нижнее белье и косметические средства. Погребняк рекомендует не пренебрегать курсами для беременных, на которых учат правильно дышать, дают полезные советы и готовят к родам.

У Марии есть еще трое сыновей от первого мужа, футболиста **Павла Погребняка**. В сентябре 2023 года Погребняки развелись после десяти лет брака, но сохранили теплые дружеские отношения.

Как знаменитости феноменально быстро пришли в форму после родов.

Из жизни звезд



Стройные мамы

Оксана САМОЙЛОВА

36-летняя Оксана, родившая рэперу **Джигану** четырех, феноменально быстро приходила в форму. После появления на свет сына Давида в 2020 году Самойлова раскрыла свой секрет.

«После четырех родов привести себя в реально хорошую форму сложно. Я много лет тренируюсь регулярно. Мой организм автоматически приводит себя в прежнюю форму. Я всегда говорю: хочешь хорошо выглядеть после

родов, начинай заниматься спортом за пару лет до беременности», - поделилась с подписчиками Оксана.

При этом Самойлова не перегружает свой организм и тренируется по особой системе.

«Тренировки проходят по 30 - 40 минут два-три раза в неделю. Я не перегружаю свой организм, чтобы не скочить. Потом я три месяца отдыхаю и потом опять тренируюсь. Таким образом я могу тренироваться всю жизнь, и мне это не надоедает. Я никогда не делаю повторений.



Личная страница Оксаны Самойловой в социальной сети

Мария ПОРОШИНА

У 50-летней актрисы пятеро детей. Последнего, сына Андрея, Мария родила в 2019 году. А уже через несколько месяцев Порошина продемонстрировала стройную фигуру и вернулась к работе. Отвечая на многочисленные вопросы поклонников, как ей удалось так быстро прийти в форму, звезда призналась, что особых секретов нет, она просто села на диету.

На протяжении трех месяцев Порошина питалась по особой системе, которую придумала сама. В первый день она ела преимущественно белковые продукты, во второй - содержащие крахмал, в третий - углеводы и т. д. С утра натощак Мария обязательно выпивала стакан воды. Плюс звезда исключила из рациона мучное, жирное и жареное. Помимо питания, актриса следила за физической активностью. Любимый мужчина и отец ее сына, которого Мария держит в секрете, подарил Порошиной браслет со встроенным шагомером. Звезда старалась много гулять, в том числе и с коляской. Таким образом актрисе удалось скинуть 10 килограммов за несколько месяцев.

**Женя МАЛАХОВА**

35-летняя певица стала мамой во второй раз в июле. У Жени и ее супруга, бизнесмена **Андрея Тарасова**, родилась дочка Павла. Также у пары есть двухлетний сын Федор.

На протяжении всей беременности Женя вела активный образ жизни. А всего через месяц после родов Малахова посетила светское мероприятие, поразив публику фигурой. Как будто и не рожала!

Оказалось, что из-за грудного вскармливания молодой маме приходится ограничивать себя в питании.

«Есть ощущение, что сейчас я даже худее, чем до беременности. Иногда мне кажется, что я выгляжу немного болезненно. Во время беременности ребенок много забирает из организма матери. Кроме того, сейчас мы на грудном вскармливании, и, признаюсь, мне оно дается тяжело. Нельзя молочку, мучное и вкусненькое - все то, что я так люблю. Наверное, потому я такая худая. Но опять же я все равно позволяю себе какие-то продукты, без которых жить не могу.



Например, кофе. У меня пониженное давление, и если я его не выпью с утра, то мне будет трудно даже просто передвигаться.

«Но вообще в любой ситуации нужно следить за собой. Если есть за двоих и троих всю беременность, то после родов точно наступит час расплаты», - рассказала «КП» Женя.

Личная страница Марии Погребняк в социальной сети

Личная страница Марии Порощиной в социальной сети

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



Ирина ГЕРЦ

Для восстановления нужно около 9 миллионов рублей.

Старейший аквариум России, выстоявший в периоды героической обороны Севастополя и советской перестройки, снова переживает нелучшие времена. Музей-аквариум города-героя находится на грани закрытия из-за сокращения посетителей: сначала пандемия, потом неспокойная обстановка в городе, да и прошлогодний «шторм века» внес свои неутешительные корректировки.

И теперь аквариум-музей, открывшийся еще в 1897 году, борется за жизнь по самой банальной причине - нехватке денег.

- Коллекция из 3 тысяч обитателей водной среды может прекратить существование! Аквариум - это частное предприятие. За последние три года вся финансовая подушка, накопленная раньше, истощилась. Музей находится в тяжелейшей экономической ситуации, чтобы аквариум смог дожить до летнего сезона 2025 года, необходимо примерно 9 миллионов рублей, - такой крик о помощи разместило руководство учреждения в соцсетях еще месяц назад.

ГОТОВ ПРОДАТЬ КВАРТИРУ

Владелец аквариума Юрий Кравцов готов пойти даже на крайние меры - продать собственную квартиру - лишь бы только сохранить пристанище морских обитателей. Почему же настолько важный для города музей вынужден просить помощи у его жителей?

Раньше аквариум оставался на плаву из-за стабильного притока посетителей и арендаторов, которые снимали

Севастопольский аквариум оказался на грани закрытия

**В коллекции более трех тысяч водных обитателей.**

помещения в музее под рестораны и кафе. Но они обанкротились, и платить стало нечем.

Но об экономии речи идти не может. Ведь «жильцы» - морские обитатели - не могут «войти в положение» и перестать есть. Им нужны особые условия, например, оборудование для поддержания температуры воды и забота о сотрудниках. На все уходит около двух миллионов рублей в месяц.

КЛИЧ О ПОМОЩИ

- Проводим акцию по сбору средств у жителей. Севастопольцы помогают. Но мы понимаем, что сейчас время не простое. Поэтому, знаете, сбор мы объявили не разовый. Планируем до мая продолжать, как раз надеемся дожить до сезона. Люди прониклись - звонят,

выражают поддержку, - рассказал Юрий Кравцов.

Вопрос о закрытии аквариума, даже если донатов станет меньше, у владельца учреждения не стоит:

- Я выставил квартиру на продажу, это правда. А еще мы ищем новых арендаторов, которые могли бы оплатить долги. Прошлые арендаторы продали свое имущество, чтобы рассчитаться, но этого не хватило. В общем, ищем выход по всем направлениям. Я не позволю нашему делу так просто умереть.

Руководство аквариума старается привлечь внимание горожан не толь-

**КСТАТИ**

В соцсетях Севастопольского музея-аквариума один из самых часто встречающихся вопросов такой: «Почему не помогают власти?»

«Комсомолка» обратилась за комментарием в пресс-службу правительства города-героя. Там пообещали уточнить информацию позднее, однако отметили, что аквариум - частная организация, открытая на базе федерального учреждения «Институт биологии южных морей».

- Аквариум подал заявку по ущербу от прошлогоднего шторма на федеральный уровень. И правительство Севастополя, в свою очередь, составить эту заявку помогало.

Но компенсация на счет руководства аквариума пока так и не поступила.

ко в соцсетях - обращаются в вузы и различные организации. Напомним, сумма, чтобы учреждение могло оставаться на плаву, нехилая - 9 миллионов рублей.

- От нужной суммы мы сейчас собрали 10% исключительно от неравнодушных людей. От властей Севастополя мы пока помощи не получили, да и понимаем почему - времена не самые простые, приоритет - поддержка защитников нашей страны. Поэтому, надеюсь, выкрутимся. Где наша не пропадала.

■ ЗНАЙ НАШИХ!

В Евпатории определили сильнейшего человека России

Юлия МАРКИНА

Богатыри поднимали 150-килограммовое бревно и буксировали автокран.

Евпатория приняла Всероссийский чемпионат «Сильнейший человек России 2024 года» на призы главы Республики Крым. Местом проведения соревнований, в которых участвовали спортсмены из разных уголков страны, была выбрана Театральная площадь - одно из любимых мест жителей и гостей курорта.

Одннадцать атлетов, которые пока-

зали наилучшие результаты на выступлениях силачей в этом году, должны были поднять над головой богатырское бревно весом 150 килограммов, а еще перенести 400-килограммовое коромысло и «чемоданы» по 150 кило каждый на расстояние 20 метров. Кроме того, соревнования включали буксировку автокрана весом 22 тонны на скорость и ходьбу по кругу с нагрузкой в 250 килограммов.

Победителем турнира стал **силач из Омска Дмитрий Скосырский**. Он и увез домой титул «Сильнейший человек России - 2024».

Не обошлось и без рекордов. Известные **крымские богатыри Джамшид Исматиллаев из Судака и пауэрлифтер Дмитрий Алексеев из Бахчисарая** установили парный Рекорд России по буксировке железнодорожной техники - единственного действующего в стране узкоколейного трамвая весом более 20 тонн. Они протянули его на расстояние 10 метров за две минуты.

- Рекорд внесен в Реестр рекордов богатырского движения «Сильнейшая нация мира», а также в Книгу рекордов России, - сообщили в Общероссийской общественной организации «Сильнейшая нация мира».

Соревнования были посвящены Дню народного единства, который будет отмечаться в России 4 ноября.



«Сильнейшая нация мира»

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

Основана в мае 1925 года

ПОДПИСКА НА II ПОЛУГОДИЕ 2024 Г.

Подписаться можно в любом почтовом отделении
ФГУП «ПОЧТА КРЫМА»



Наименование издания	Подписной индекс	Кол-во выходов в неделю	Подписная цена, руб.		
			1 месяц	3 месяца	6 месяцев
«Комсомольская правда» (ежедневная газета, без толстушки)	84750	2	422	1266	2532
«Комсомольская правда» (еженедельник, с телепрограммой). Толстушка	21722	1	284	852	1704
«Комсомольская правда» (ежедневная газета + еженедельная газета). Комплект.	21721	3	694	2082	4164
«Телепрограмма»	24455	1	162	486	972

Предложение для жителей Республики Крым. По вопросам подписки звоните + 7 978 731 63 39

**АНЕКДОТЫ**

- С этой минуты ты забываешь местоимения «я» и «мне». Теперь только - «мы» и «нам», ты поняла?
- Поняла...
- Что ты поняла?
- Что нам срочно нужны сапоги на шпильках.

* * *

Мне кажется, что Госнаркоконтроль уделяет мало внимания людям, которые придумывают узоры для ковров.

* * *

- Маугли, тебе больше не место в нашей стае!
- Это потому что я человек?
- Это потому что ты квадробер долбаный!

* * *

Обливание холодной водой дарит хорошее настроение!

Причем вне зависимости от того, кого ты обливаешь...

* * *

- Хочу хомяка.
- За него надо ухаживать, следить, убирать, кормить, менять воду, играть с ним.
- Хочу стать хомяком.

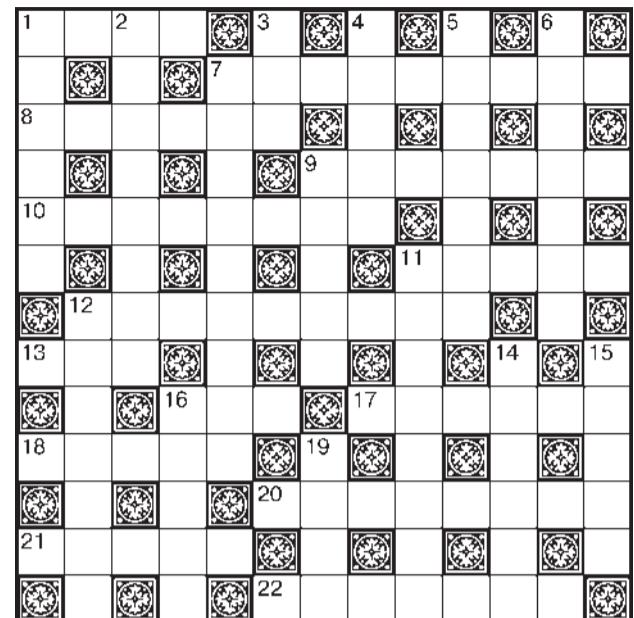
* * *

Сказал квартирантам: «Сколько заплатите, столько и проживете». Почувствовал себя отмороженным мафиози.

*** * ***
В обитель пьянства
и разрата
Мне не дает попасть
зарплата.

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

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

по данным
gismeteo.ru**КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА****ПО ГОРИЗОНТАЛИ:**

1. Перед кем благоговеют католики? 7. Чьим девизом стали слова: «Кто принадлежит себе, тот да не будет принадлежать другому»? 8. Кого из братьев Владимира Набокова нацисты отправили в концлагерь? 9. Итальянская балерина, главная конкурентка Матильды Кшесинской. 10. Железная руда. 11. Какой из сказочных классиков Италии происходил из графского семейства? 12. Прицепляют к составу. 13. Весенний филиалист. 16. Голливудский Чарли. 17. Сгиб руки. 18. Пятигорская вершина. 20. Кто фасоны преображает? 21. Непогрешимое творение. 22. В каком швейцарском городе ушел в лучший мир великий ювелир Карл Фаберже?

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Получка адресата. 2. Удобрение из опавшей листвы. 3. Куда христиан имеет право пропускать исключительно апостол Петр? 4. Хлеб французского формата. 5. Режиссер, чей отец служил в НКВД и мечтал, что сын продолжит его дело. 6. Классический бухарь. 7. Лицо с доски почета в советские времена. 9. С каким выжитым цитрусом сравнивают обессилившего человека? 11. Что ученый муж отрабатывает? 12. Голубой цветок, чье масло помогает снять головную боль. 14. Чем лицо освежают? 15. Ухажер за Мальвией. 16. Кефир из верблюжьего молока. 19. Водное ...

14. ложью. 15. лебедю. 16. лягушку. 19. Море. 20. лягушку. 9. лимон. 11. листья. 12. лягушка. 14. лягушку. 6. листья. 7. листья. 3. пан. 4. барет. 5. мефедрон. 1. личиною. 2. лебедю. 22. лягушка. 10. бешенка. 1. лягушка. 21. мясо. 17. лягушка. 18. мышь. 20. мышь. 21. мясо. 13. мышь. 16. мышь. 10. мышь. 11. лягушка. 7. лягушка. 8. деревенка. 9. деревенка. 10. деревенка. 1. деревенка. 2. деревенка. 3. деревенка. 4. деревенка. 5. деревенка. 6. деревенка. 7. деревенка. 8. деревенка. 9. деревенка. 10. деревенка. 11. деревенка. 12. деревенка. 13. деревенка. 14. деревенка. 15. деревенка. 16. деревенка. 17. деревенка. 18. деревенка. 19. деревенка. 20. деревенка. 21. деревенка. 22. деревенка. 23. деревенка. 24. деревенка. 25. деревенка. 26. деревенка. 27. деревенка. 28. деревенка. 29. деревенка. 30. деревенка. 31. деревенка. 32. деревенка. 33. деревенка. 34. деревенка. 35. деревенка. 36. деревенка. 37. деревенка. 38. деревенка. 39. деревенка. 40. деревенка. 41. деревенка. 42. деревенка. 43. деревенка. 44. деревенка. 45. деревенка. 46. деревенка. 47. деревенка. 48. деревенка. 49. деревенка. 50. деревенка. 51. деревенка. 52. деревенка. 53. деревенка. 54. деревенка. 55. деревенка. 56. деревенка. 57. деревенка. 58. деревенка. 59. деревенка. 60. деревенка. 61. деревенка. 62. деревенка. 63. деревенка. 64. деревенка. 65. деревенка. 66. деревенка. 67. деревенка. 68. деревенка. 69. деревенка. 70. деревенка. 71. деревенка. 72. деревенка. 73. деревенка. 74. деревенка. 75. деревенка. 76. деревенка. 77. деревенка. 78. деревенка. 79. деревенка. 80. деревенка. 81. деревенка. 82. деревенка. 83. деревенка. 84. деревенка. 85. деревенка. 86. деревенка. 87. деревенка. 88. деревенка. 89. деревенка. 90. деревенка. 91. деревенка. 92. деревенка. 93. деревенка. 94. деревенка. 95. деревенка. 96. деревенка. 97. деревенка. 98. деревенка. 99. деревенка. 100. деревенка. 101. деревенка. 102. деревенка. 103. деревенка. 104. деревенка. 105. деревенка. 106. деревенка. 107. деревенка. 108. деревенка. 109. деревенка. 110. деревенка. 111. деревенка. 112. деревенка. 113. деревенка. 114. деревенка. 115. деревенка. 116. деревенка. 117. деревенка. 118. деревенка. 119. деревенка. 120. деревенка. 121. деревенка. 122. деревенка. 123. деревенка. 124. деревенка. 125. деревенка. 126. деревенка. 127. деревенка. 128. деревенка. 129. деревенка. 130. деревенка. 131. деревенка. 132. деревенка. 133. деревенка. 134. деревенка. 135. деревенка. 136. деревенка. 137. деревенка. 138. деревенка. 139. деревенка. 140. деревенка. 141. деревенка. 142. деревенка. 143. деревенка. 144. деревенка. 145. деревенка. 146. деревенка. 147. деревенка. 148. деревенка. 149. деревенка. 150. деревенка. 151. деревенка. 152. деревенка. 153. деревенка. 154. деревенка. 155. деревенка. 156. деревенка. 157. деревенка. 158. деревенка. 159. деревенка. 160. деревенка. 161. деревенка. 162. деревенка. 163. деревенка. 164. деревенка. 165. деревенка. 166. деревенка. 167. деревенка. 168. деревенка. 169. деревенка. 170. деревенка. 171. деревенка. 172. деревенка. 173. деревенка. 174. деревенка. 175. деревенка. 176. деревенка. 177. деревенка. 178. деревенка. 179. деревенка. 180. деревенка. 181. деревенка. 182. деревенка. 183. деревенка. 184. деревенка. 185. деревенка. 186. деревенка. 187. деревенка. 188. деревенка. 189. деревенка. 190. деревенка. 191. деревенка. 192. деревенка. 193. деревенка. 194. деревенка. 195. деревенка. 196. деревенка. 197. деревенка. 198. деревенка. 199. деревенка. 200. деревенка. 201. деревенка. 202. деревенка. 203. деревенка. 204. деревенка. 205. деревенка. 206. деревенка. 207. деревенка. 208. деревенка. 209. деревенка. 210. деревенка. 211. деревенка. 212. деревенка. 213. деревенка. 214. деревенка. 215. деревенка. 216. деревенка. 217. деревенка. 218. деревенка. 219. деревенка. 220. деревенка. 221. деревенка. 222. деревенка. 223. деревенка. 224. деревенка. 225. деревенка. 226. деревенка. 227. деревенка. 228. деревенка. 229. деревенка. 230. деревенка. 231. деревенка. 232. деревенка. 233. деревенка. 234. деревенка. 235. деревенка. 236. деревенка. 237. деревенка. 238. деревенка. 239. деревенка. 240. деревенка. 241. деревенка. 242. деревенка. 243. деревенка. 244. деревенка. 245. деревенка. 246. деревенка. 247. деревенка. 248. деревенка. 249. деревенка. 250. деревенка. 251. деревенка. 252. деревенка. 253. деревенка. 254. деревенка. 255. деревенка. 256. деревенка. 257. деревенка. 258. деревенка. 259. деревенка. 260. деревенка. 261. деревенка. 262. деревенка. 263. деревенка. 264. деревенка. 265. деревенка. 266. деревенка. 267. деревенка. 268. деревенка. 269. деревенка. 270. деревенка. 271. деревенка. 272. деревенка. 273. деревенка. 274. деревенка. 275. деревенка. 276. деревенка. 277. деревенка. 278. деревенка. 279. деревенка. 280. деревенка. 281. деревенка. 282. деревенка. 283. деревенка. 284. деревенка. 285. деревенка. 286. деревенка. 287. деревенка. 288. деревенка. 289. деревенка. 290. деревенка. 291. деревенка. 292. деревенка. 293. деревенка. 294. деревенка. 295. деревенка. 296. деревенка. 297. деревенка. 298. деревенка. 299. деревенка. 300. деревенка. 301. деревенка. 302. деревенка. 303. деревенка. 304. деревенка. 305. деревенка. 306. деревенка. 307. деревенка. 308. деревенка. 309. деревенка. 310. деревенка. 311. деревенка. 312. деревенка. 313. деревенка. 314. деревенка. 315. деревенка. 316. деревенка. 317. деревенка. 318. деревенка. 319. деревенка. 320. деревенка. 321. деревенка. 322. деревенка. 323. деревенка. 324. деревенка. 325. деревенка. 326. деревенка. 327. деревенка. 328. деревенка. 329. деревенка. 330. деревенка. 331. деревенка. 332. деревенка. 333. деревенка. 334. деревенка. 335. деревенка. 336. деревенка. 337. деревенка. 338. деревенка. 339. деревенка. 340. деревенка. 341. деревенка. 342. деревенка. 343. деревенка. 344. деревенка. 345. деревенка. 346. деревенка. 347. деревенка. 348. деревенка. 349. деревенка. 350. деревенка. 351. деревенка. 352. деревенка. 353. деревенка. 354. деревенка. 355. деревенка. 356. деревенка. 357. деревенка. 358. деревенка. 359. деревенка. 360. деревенка. 361. деревенка. 362. деревенка. 363. деревенка. 364. деревенка. 365. деревенка. 366. деревенка. 367. деревенка. 368. деревенка. 369. деревенка. 370. деревенка. 371. деревенка. 372. деревенка. 373. деревенка. 374. деревенка. 375. деревенка. 376. деревенка. 377. деревенка. 378. деревенка. 379. деревенка. 380. деревенка. 381. деревенка. 382. деревенка. 383. деревенка. 384. деревенка. 385. деревенка. 386. деревенка. 387. деревенка. 388. деревенка. 389. деревенка. 390. деревенка. 391. деревенка. 392. деревенка. 393. деревенка. 394. деревенка. 395. деревенка. 396. деревенка. 397. деревенка. 398. деревенка. 399. деревенка. 400. деревенка. 401. деревенка. 402. деревенка. 403. деревенка. 404. деревенка. 405. деревенка. 406. деревенка. 407. деревенка. 408. деревенка. 409. деревенка. 410. деревенка. 411. деревенка. 412. деревенка. 413. деревенка. 414. деревенка. 415. деревенка. 416. деревенка. 417. деревенка. 418. деревенка. 419. деревенка. 420. деревенка. 421. деревенка. 422. деревенка. 423. деревенка. 424. деревенка. 425. деревенка. 426. деревенка. 427. деревенка. 428. деревенка. 429. деревенка. 430. деревенка. 431. деревенка. 432. деревенка. 433. деревенка. 434. деревенка. 435. деревенка. 436. деревенка. 437. деревенка. 438. деревенка. 439. деревенка. 440. деревенка. 441. деревенка. 442. деревенка. 443. деревенка. 444. деревенка. 445. деревенка. 446. деревенка. 447. деревенка. 448. деревенка. 449. деревенка. 450. деревенка. 451. деревенка. 452. деревенка. 453. деревенка. 454. деревенка. 455. деревенка. 456. деревенка. 457. деревенка. 458. деревенка. 459. деревенка. 460. деревенка. 461. деревенка. 462. деревенка. 463. деревенка. 464. деревенка. 465. деревенка. 466. деревенка. 467. деревенка. 468. деревенка. 469. деревенка. 470. деревенка. 471. деревенка. 472. деревенка. 473. деревенка. 474. деревенка. 475. деревенка. 476. деревенка. 477. деревенка. 478. деревенка. 479. деревенка. 480. деревенка. 481. деревенка. 482. деревенка. 483. деревенка. 484. деревенка. 485. деревенка. 486. деревенка. 487. деревенка. 488. деревенка. 489. деревенка. 490. деревенка. 491. деревенка. 492. деревенка. 493. деревенка. 494. деревенка. 495. деревенка. 496. деревенка. 497. деревенка. 498. деревенка. 499. деревенка. 500. деревенка. 501. деревенка. 502. деревенка. 503. деревенка. 504. деревенка. 505. деревенка. 506. деревенка. 507. деревенка. 508. деревенка. 509. деревенка. 510. деревенка. 511. деревенка. 512. деревенка. 513. деревенка. 514. деревенка. 515. деревенка. 516. деревенка. 517. деревенка. 518. деревенка. 519. деревенка. 520. деревенка. 521. деревенка. 522. деревенка. 523. деревенка. 524. деревенка. 525. деревенка. 526. деревенка. 527. деревенка. 528. деревенка. 529. деревенка. 530. деревенка. 531. деревенка. 532. деревенка. 533. деревенка. 534. деревенка. 535. деревенка. 536. деревенка. 537. деревенка. 538. деревенка. 539. деревенка. 540. деревенка. 541. деревенка. 542. деревенка. 543. деревенка. 544. деревенка. 545. деревенка. 546. деревенка. 547. деревенка. 548. деревенка. 549. деревенка. 550. деревенка. 551. деревенка. 552. деревенка. 553. деревенка. 554. деревенка. 555. деревенка. 556. деревенка. 557. деревенка. 558. деревенка. 559. деревенка. 560. деревенка. 561. деревенка. 562. деревенка. 563. деревенка. 564. деревенка. 565. деревенка. 566. деревенка. 567. деревенка. 568. деревенка. 569. деревенка. 570. деревенка. 571. деревенка. 572. деревенка. 573. деревенка. 574. деревенка. 575. деревенка. 576. деревенка. 577. деревенка. 578. деревенка. 579. деревенка. 580. деревенка. 581. деревенка. 582. деревенка. 583. деревенка. 584. деревенка. 585. деревенка. 586. деревенка. 587. деревенка. 588. деревенка. 58