

Брошенные и забытые

Военкор «КП» посмотрел, в каких условиях в России содержатся украинские пленные, которых Киев отказывается возвращать на родину.

Читайте на стр. 4 - 5 ▶



Александр КОЦУ/«КП» - Москва

РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА

Краснодар 91,0 FM
Анапа 89,5 FM

Такси-такси, не дерзи!

Как бороться с водителями-хамами? -
radiokp.ru 15:00



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



3 941 000

уникальных посетителей за минувшие сутки



Основана в мае 1925 года

Среда
7 августа

Газета нашего региона ★ Кубань

№ 57-с (27607-с)
2024 год

На Кубань надвигаются «пятнистые» дожди



В крае начинается сезон тропических ливней.

Читайте на стр. 2 ▶



Арбуз снижает холестерин и разжигает страсть

Анна КУКАРЦЕВА

Как выбрать сладкий и сохранить подольше уже разрезанный.

Помимо того что это вкусное и доступное лакомство, есть как минимум пять доводов, что арбуз полезен для здоровья.

Продолжение на стр. 8 ▶

В Краснодаре еще один участок освободят от машин

Светлана ОВДЕЙ

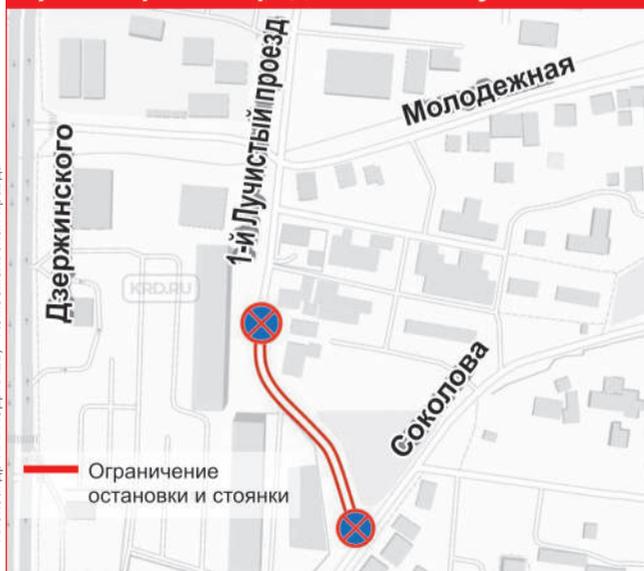
Остановку и стоянку авто запретят на 1-м Лучистом проезде.

Чтобы на дороге было безопаснее, а припаркованный на обочине транспорт не создавал помех проезжающим автомобилям,

в Краснодаре запретят остановку и стоянку машин на участке 1-го Лучистого проезда. Изменения будут действовать с 26 августа. Водители не смогут остановиться и припарковаться на участке от улицы им. Соколова до дома № 4/2 по улице 3-й Лучистый проезд. Здесь установят

соответствующие дорожные знаки. - Ограничения ввели, чтобы обеспечить безопасность на дороге. Припаркованный на проезжей части транспорт создает заторы и помехи для других участников дорожного движения, - объяснили в департаменте транспорта и дорожного хозяйства Краснодара.

Запрет остановки и стоянки транспортных средств с 26 августа



Александр НАРХОДЖАЕВ / «Комсомольская правда»

В регионе вырастили огурец-гигант



Управление сельского хозяйства Белореченского района

Читайте на стр. 2 ▶

«Пятнистые» дожди накроют край



- Здесь промокну, там просухну!

Сильные ливни будут гулять по региону.

Евгения ОСТРАЯ

Погода в Краснодарском крае даже летом, как капризная девица. Стабильна пока только жара. Уже почти два месяца температура воздуха не падает ниже +33 градусов. Но палящее солнце то и дело закрывают тяжелые кучевые облака, грозясь обрушиться на регион тонны воды.

- В Краснодарском крае август - сезон тропических дождей. Они хорошо известны, а особенно их последствия, жителям Сочи и Туапсе. А пока мы прогнозируем хоть и интенсивные, но «пятнистые» дожди, - рассказал научный руководитель Гидрометцентра России Роман Вильфанд.

Нам хорошо знакома ситуация, когда в одном районе города над тобой будто разверзлись небеса, потоки воды льют как из ведра, в то время как в другом районе не выпало ни капли.

- Это как раз и называется «пятнистыми» дождями. Когда ливни интенсивные, но очень локально, - пояснил Роман Вильфанд.

Сказать точнее, какой из районов окажется в их эпицентре, сложно. Но штормовое предупреждение объявили до конца недели уже несколько населенных пунктов - от Анапы до Магри.

В Сочи готовятся к удару стихии. При этом, по данным Росгидрометцентра, температура воздуха снижаться не будет. До +31 градуса прогнозирует ведущий специалист центра «Фобос» Михаил Леус.

- Синоптическую ситуацию на Кубани сформирует тыловая часть циклона. В регионе вновь прошумят кратковременные грозовые дожди, - сообщил он.

ВАЖНО

Засуха мешает зреть урожаю

Впрочем, уж кто-кто ждет дождей на Кубани, так это аграрии. Этим летом урожай страдает от недостатка влаги. В зону распространения опасной засухи попали сразу несколько районов Кубани.

Фермеры тревожатся за урожай винограда. Впервые за много лет его сбор начался на месяц раньше.

- Надо торопиться, потому что палящее солнце высушивает соки, превращает виноград в изюм. Это вредит качеству сырья, которое в основном идет на производство вина, - говорят в агрофирме «Южная».

Спада жары тут ждут больше всех.

А В ЭТО ВРЕМЯ

Царь-овоци

**Наталья
КОЖЕВНИКОВА**

Жительница Кубани вырастила на своем огороде огурец, который попал в книгу рекордов.

На даче **Елены Агафоновой**, ландшафтного дизайнера в Белореченском районе, растут гигантские овощи - лидеры мировых реестров.

- Растениями мы занимаемся годами. Переехали из Краснодара в поселок Заречный Белореченского района. Здесь у нас большой участок земли, теплицы. Помимо выращивания овощей на продажу, решили подтвердить наши трудовые рекорды. Это стало настоящим увлечением нашей семьи. К разведению присоединились и другие родственники, друзья и единомышленники, - рассказала Елена, вырастившая на своей даче самый большой огурец в России.

ВЕЛИКАНЫ НЕ РАСТУТ В ЖАРУ

Овощ длиной 63 сантиметра и весом 4 килограмма 650 граммов попал в Книгу рекордов страны. Рекорд официально задокументировали, и теперь огурец пойдет на семена для дальнейшего выращивания гигантов.

По словам Елены Агафоновой, данный сорт огурцов - новинка для нашей страны. Его семена привезены из Европы, где сорт был специально селекционно выведен для конкурсов.

- На вкус это обычные



Пятикилограммовый огурец пойдет на семена.

огурцы, они абсолютно нормальные. Однако в их геноме содержится такой



Такая кукуруза - поистине царица полей.

ключ, благодаря которому растение минимального размера может расти,

пока позволяют почва и погода, - поделилась Елена.

Овощ-гигант хорошо растет, а для этого ему нужно усиленно питаться. В этом году теплая весна и очень жаркое лето не позволили добиться больших размеров. Первый огурец (который попал в реестр рекордов России) сорвали 29 июня, перед самым диким пеклом.

- Когда каждый год растет гигант, есть понимание, что овощ имеет особенности. В жару выращивать большие помидоры, огурцы, арбузы, тыквы сложно, поэтому все это дело оказалось в теплице, - добавила в разговоре с «Комсомолкой» жительница Заречного.

Так, например, мировой рекорд по размеру огурца в сентябре 2023 года поставил англичанин. Он вырастил овощ весом 13 килограммов 388 граммов. Елена отмечает, что есть куда стремиться в овощеводстве. В следующем году перед ней стоит цель значительно улучшить нынешний результат.

КСТАТИ

Тыква для Золушки?

В прошлом году Елене удалось вырастить тыкву размером с карету для Золушки. Ее вес составил 566 килограммов и 500 граммов.

- В этом году с такой погодой большую тыкву нельзя было вырастить. Так что не без потерь в этот раз, - говорит дачница.

Повторить успех в этом сезоне не удалось из-за жары. Но Елена Агафонова вырастила теперь самую длинную тыкву. Плод сорта Лунга ди Наполи вытянулся в длину на 162 сантиметра.

Чтобы добиться такого результата и зарегистрировать плоды своего труда, пришлось упорно работать и экспериментировать на протяжении пяти лет.

Это далеко не все опыты дачницы. На участке она растит коллекцию цитрусовых и бананов.

А еще Елена скоро станет мамой.



Плод вырос не в ширь, а в длину.

«Комсомолка» рекомендует:

«Привычка быть здоровым»

Можно ли бегать в городе, есть сало, пить крепкий кофе, ходить в сауну и почему занятия спортом не компенсируют вред долгого сидения на стуле? Иногда кажется, что человек ведет здоровый образ жизни, но с точки зрения врачей - ровно наоборот. Инфаркты и инсульты не случаются внезапно. Автор анализирует множество бытовых привычек, разъясняя, что важно, а что не принесет пользы здоровью.

Приобретайте на shop.kp.ru/
А также на сайте labirint.ru



Глава Краснодара Евгений НАУМОВ:

Больше трех тысяч многоэтажек готовы к зиме



На котельных ведут проверку.

Сергей ПЕТРОВ

Параллельно ведется замена теплосетей.

Почти половина многоквартирного фонда Краснодара уже готова к зиме. Кроме того, к отопительному периоду подготовлено 277 социальных объектов из 382. Работы по промывке и опрессовке систем теплоснабжения в них выполнены на 72%. Подготовку к отопительному сезону обсудили на совещании под председательством губернатора

Кубани Вениамина Кондратьева.

Наибольшую часть тепловых сетей кубанской столицы эксплуатируют два предприятия. Общая их протяженность - 726 км, из них к осенне-зимнему сезону уже готово почти 80%. Работы ведутся и на котельных, процент готовности которых на сегодняшний день составил более 63%.

По поручению губернатора, система жилищно-коммунального хозяйства края к 1 октября должна быть полностью готова к отопительному сезону.

ОФИЦИАЛЬНО ГОТОВИМ САНИ ЛЕТОМ

- С апреля мы работаем над тем, чтобы обеспечить горожан бесперебойной подачей тепла и горячей воды с наступлением холодов. Как говорится, готовим сани летом, - отметил Евгений Наумов.

Глава краевого центра также подчеркнул, что параллельно с подготовкой МКД и соцобъектов к отопительному сезону ведется и замена 2,33 км теплосетей, которые не прошли испытаний на прочность. Работы планируют завершить до начала сентября.

Администрация Краснодара

КСТАТИ

Мэр столицы региона возглавил рейтинг первых лиц

Глава города лидирует по упоминаниям в медиа южного федерального округа в июле.

Рейтинг глав столиц Южного региона составили эксперты «Медиа-алогии». Лидером медиарейтинга в июле стал глава Краснодара Евгений Наумов. Рейтинг составлялся по показателю качественного состояния информационного поля, формируемого СМИ вокруг персоны. Чем он выше, тем более ярко и позитивно представлена персона в СМИ, тем позитивнее ее имидж.



Евгений Наумов.

В июле Евгений Наумов упоминался в СМИ в контексте возобновления электроснабжения и подачи воды в домах на улицах Краеведа Соловьева и Крузенштерна. Также в СМИ писали о представленных Евгением Наумовым планах по развитию улично-дорожной сети города. Помимо этого, сообщали о том, что глава города посетил свалку в хуторе Копанском, где произошел пожар. Также освещалась тема закупки 40 новых трамваев.

■ ХОРОШАЯ НОВОСТЬ

К 1 сентября в городе заново нарисуют «зебры»

Дорожную разметку обновят к началу учебного года.

В Краснодаре дорожники начали обновлять разметку. Эти работы завершат до начала нового учебного года.

- Ни один пешеходный переход не останется незамеченным. Поскольку прошлым летом многие «зебры» наносили пластиком, в этом году их нужно лишь сделать ярче с помощью краски. Возле большинства новых школ разметкой занимаются застройщики. Это тоже часть нашего комплексного подхода к развитию территорий, - отметил Евгений Наумов.

Глава краевой столицы так-

же подчеркнул, что через три недели департамент транспорта и дорожного хозяйства совместно с ГИБДД проведет финальную проверку выполненных работ. В общей сложности разметку нанесут на более чем 22 тысячах квадратных метров проезжих частей.

ШКОЛЬНИКОВ ПОВЕЗУТ ПО ПРОЕЗДНЫМ

Добираться до школы на нескольких городских и пригородных маршрутах ученики смогут бесплатно благодаря проездным билетам на 50 поездок. При утере или порче такой карты можно обратиться в ООО «Электронный билет Кубани»: 8 (861) 274-07-47, 8 (800) 700-25-27.

БУДЬ В КУРСЕ!

Десять трамваев прибыли в крайцентр

Они доставлены по концессионному соглашению.

Из Усть-Катавского вагоностроительного завода в Челябинской области в кубанскую столицу приехали девятый и десятый трамваи. А остальные восемь сейчас готовят к выходу на маршруты - они проходят наладку и обкатку. Трамвай такого типа может одновременно перевозить до 120 пассажиров. В вагоне предусмотрено 32 посадочных места. Он также оборудован мощным кондиционером и для пассажиров, и для



Новый транспорт проходит обкатку.

водителя, а также usb-розетками.

На время строительства Западной трамвайной линии новые вагоны будут курсировать по маршрутам № 2, 3, 15 и 21 через обновленный узел по ул. Московской.

НАГЛЯДНО Электротранспорт на линии

● Всего до конца 2026 года на линию выйдут 90 односекционных и 10 трехсекционных трамваев.

● Всего в этом году краевой центр примет 40 новых единиц электротранспорта.

По данным администрации Краснодара.

Администрация Краснодара

Александр ПАРХОДИКАЕВ / «Комсомольская правда»

А В ЭТО ВРЕМЯ

Ремонт ливневки доделали раньше срока

Работу коллектора на улице Игнатова восстановили.

Специалисты провели аварийные работы на ливневом коллекторе по улице Игнатова. Специалистам пришлось вскрывать дорожное полотно, те-

перь оно восстановлено.

- Улица имени Игнатова - важная транспортная артерия микрорайона Гидростроителей. Поэтому выполнить ремонт в краткие сроки было приоритетной задачей. Работы завершили за 4 дня, а не 10, как пла-

нировалось изначально. Уже в понедельник рано утром был доступен свободный проезд по улице, - отметили в департаменте транспорта и дорожного хозяйства.

Движение общественного транспорта здесь возобновили по прежней схеме.

Брошенные

Военкор «КП» посмотрел, в каких условиях в России содержатся украинские пленные, которых Киев отказывается возвращать на родину.



Александр КОЦ,
военкор «КП»

- Кем служил?
- Писарем...
- В штабе отсиделся, как в том фильме?

- Нет, я по-настоящему, - виновато улыбается 47-летний пленный Науменко из Киева.

В прошлой жизни он работал в Польше оператором на производстве лопастей для ветряных турбин. Заехал по делам в Киев, а тут - мобилизация. И стандартная история, которую рассказывают почти все обитатели мест содержания бывших украинских военных. Повоевать толком не успел, пришли русские, и воинская часть сдалась без боя. Ни разу не встречал пленных, которые козыряли бы своим боевым прошлым. Вот и Науменко скромничает. В плен попал 20 марта 2022 года. Дома ждут жена, сын, дочка и внучка, которая родилась, пока дед сидит в России.

- Жаловаться не приходится. Отношение к нам вполне человеческое. Говорю правду, ничего не скрываю, так, как оно есть на самом деле.

- Как проходят ваши дни?

- Времени, прямо скажем, много. Книжки читаем, аудиокнижки нам включают. Прогулки, общаемся между собой. Очень большое внимание лично я обращаю сейчас на Святое Писание. На воле, в суете не хватало времени. Вот за это я благодарен и администрации, и Богу, и вот этим обстоятельствам, в которых я нахожусь. Нахожу новое, познаю что-то для себя. Везде надо искать плюсы...

НА ТОЙ ЛИ СТОРОНЕ ВОЕВАЛИ?

Мы беседуем почти в центре России, посреди густых лесов, над которыми от горизонта до горизонта расплывается глубокое синее небо, ограниченное в его камере оконным проемом с толстой решеткой.

Двухъярусные кровати в два ряда, натянутое на дужке полотенце, идеально заправленные без единой складки простыни. В углу - умывальник и туалет. У стены - большой обеденный стол. Практически армейский порядок в уставной части, если бы не массивная железная дверь со смотровым окошком в «казарму» и обязательные в та-

ких случаях бойцы спецназа в масках.

Лязг бескомпромиссных замков, металлический скрип, отделяющий свободу от неволи. «Здравствуйте!» - хором встречают выстроившиеся в шеренгу жители «располагаи».

- Гражданин начальник, в камере № 2 содержатся 10 человек. Дежурный по камере Иванов Дмитрий Алексеевич.

Дмитрий Алексеевич - с Харьковщины. В плен попал в самый первый день СВО. Отвечает коротко и рвано, явно показывая нежелание вести разговор по душам. «Условия - нормальные, жалоб и предложений нет». Более чем за два года заключения у многих бывших бойцов ВСУ психика надламывается. В какой-то момент они вдруг осознают, что не нужны родному государству. Или нужны, но меньше других. Я специально спросил руководство места содержания украинцев, есть ли здесь идейные националисты, офицеры, спецназовцы. Таких либо посадили за военные преступления, либо давно поменяли. Их Киев требует в первую очередь.

А таких, как Иванов или Науменко, из раза в раз вычеркивают из подаваемых нами списков. Всего на сегодняшний день в России содержатся около 6,5 тысячи лиц, задержанных за противодействие проведению СВО. Такой у них официальный статус. Он может измениться, если в процессе следствен-

ных действий выясняется, что пленный совершил уголовно наказуемое деяние. Здесь же содержатся в основном те, кто и набедокурить не успел, и для своей страны оказался лишним. Многие даже задумываются, а на той ли стороне они воевали.

ПРИНЯЛ БЫ ГРАЖДАНСТВО РФ

- Родственники каждый месяц ездят в Киев на митинги, требуют нашего обмена, но, как видно, безрезультатно, - разводит руками бывший боец украинской нацгвардии Виталий Медведев.

Его из Сумской области призвали в армию в 2021-м. Служил в патрульном батальоне 3057 в Мариуполе. Дома у отца - своя станция техобслуживания. После службы парень собирался пойти работать к нему, благо специальность - слесарь.

С началом СВО срочников должны были вывести в Запорожье. Но что-то пошло не так. Сначала исчез ротный, потом сбежали взводники. 13 марта на позиции в частном доме остались только двое. Прикинув перспективы, решили выходить, но через 500 метров наткнулись на российский пост.

- Мы просто сложили оружие. И вот я здесь. Условия нормальные, кормят отлично, постельное меняют, бродят, моют, на прогулки водят... - заводит он знакомую пластинку.

- Ты говоришь, как будто здесь курорт какой-то, - окидываю взглядом на удивление светлую камеру.

- Знаете, возможно, есть места и похуже - кладбище называется. Так что я благодарен Российской Федерации за то, что она делает все возможное, чтобы мы как-то

существовали здесь. Хорошо, что я попал в плен, а не в огневой борьбе погиб... погиб.

- Ты сейчас чуть не сказал по-украински, а в семье на каком языке говорите?

- Суржик. В Сумской области в принципе русский и суржик. На украинском мало кто разговаривает.

- На что ты надеешься?

- Что пойдет обмен и мою фамилию назовут, скажут: выходи, едешь домой.

- Ты понимаешь, что тебя, вероятно, опять отправят на фронт?

- Пусть лучше сажают в тюрьму. Какая разница, здесь или там. Возможно, родители будут ближе, приедут хоть в гости, передачку какую-то передадут. А если бы моя область перешла под контроль Российской Федерации, я бы принял гражданство России. Может, даже воевать пошел.



Киев делает вид, что в упор не видит 6,5 тысячи своих сограждан, воевавших за самостоятельность, но попавших в плен.



Украинские пленные в России содержатся в человеческих условиях - и точно не голодают.



Наш военкор поговорил также с экс-бойцом президентской бригады ВСУ, который теперь воюет против Киева, подробности - на KP.RU



И забытые

«НАС НЕ СОБИРАЮТСЯ ВЫТАСКИВАТЬ»

К слову, подразделения, состоящие из бывших украинских военных, уже перестают быть экзотикой в зоне СВО. Я общался с бойцами батальона имени Максима Кривоноса российского Добровольческого корпуса, которые уже выполняют боевые задачи. На днях один из них, бывший «защитник» из 95-й десантно-штурмовой бригады ВСУ Алексей Подгорецкий с позывным «Змей», рассказал об очередном выходе: «Вели разведку с дроном, обнаружили двух противников, начали работать по ним сбросами-гранатами, загнали в угол и обезвредили, подбили им пикап».

На кадрах объективного контроля вся эта операция снята от первой до последней минуты. Я знаю, что среди бывших украинских военных, которые сегодня сражаются на нашей стороне, уже есть награжденные. Кто-то переходит на нашу сторону прямо с танком. В основном это те, кого призывали в армию с территорий, ставших впоследствии российскими. Но есть и с Центральной и даже Западной Украины.

- А что, - размышляет Виталий, - наше правительство не хочет нас забирать отсюда. Сколько мы здесь можем сидеть - никто не знает. Может, оно и не собирается нас вытаскивать. А если и соберется, то как с тем сбитым самолетом... Возможно, от нас таким же образом могут избавиться.

КОТЛЕТЫ КО ДНЮ РОССИИ

На кухне повара в белых халатах массивным половником мешают кашу в огромном чане. На стене читаю меню.

«Завтрак. Каша ячневая молочная. Яйцо. Хлеб. Чай с сахаром».

Обед. Суп гороховый на мясокостном бульоне. Гуляш мясной. Каша рисовая. Винегрет. Хлеб. Компот.

Ужин. Сельдь соленая, картофель тушеный. Хлеб. Чай с сахаром».

- **Небось специально к нашему приезду приготовили?** - я ведь еще и член Совета по правам человека при президенте.

- Нет, все стандартное, - уверяют повара. - А вот вчера бы приехали - еще больше удивились. Ко Дню России праздничное меню, с котлетами, печеньем.

Обедают пленные в своих камерах за большим столом. Блюда развозят и передают через окошко в железной двери. После того как обитатели камер накрывают на стол, цен-

трализованно дается команда на прием пищи. Представляю, как 12 июня граждане Украины уплетали здесь говяжьи котлеты в честь российского праздника.

ОТМЕНИЛИ У ВАС БУЛГАКОВА...

- А я родился в Тюмени, - встречает меня в библиотеке бывший старший сержант контроля КПП охраны Чернобыльской атомной электростанции Александр Сыч. - У меня здесь много знакомых, родни - дедушка, бабушка, сестры, брат... Знаете, это больше политический, а не между людьми конфликт. И, может, какая-то накачка информационная. Мы все адекватные люди, раньше жили нормально. А потом... Я с 2015-го в армии, играл в военном оркестре, очень много людей хоронил. Мать идет,

сийской имперской политики» и «ярый украинофобом»...

- Вы знаете историю, в советское время он тоже не проходил цензуру, - растерянно хлопает глазами Александр.

Ему и еще шести с половиной тысячам украинцев предстоит еще много «чудных» открытий. Если они, вернувшись домой, выживут.

США И ЕС МОГЛИ БЫ ЭТО ВСЕ ОСТАНОВИТЬ

- У меня семья вся живет на Украине, у меня жена там, я должен вернуться к себе домой. Вот в чем дело. Обязательно. Увидеть свою дочь... - вздыхает Александр Сыч.

- **Вас ведь снова могут призвать и отправить в штурмовики?**

- Это очень прискорбно. Я думаю, что никто не хочет войны абсолютно. Я хотел бы обратиться к европейской и



Вчерашним «врагам» даже давление меряют регулярно.

50 раз сознание теряет, пока ее ведут до кладбища. Когда ты действительно становишься участником этого всего, поверьте, это ужас.

Я, конечно, верю. Потому что весь этот ужас с 2014 года наблюдаю с другой стороны линии фронта. И первую убитую медсестру под Славянском хоронил, и первого убитого ребенка там же... Александр Сыч, как и другие пленные, больше двух лет практически оторван от информационного потока и даже не представляет масштабов сегодняшнего ужаса Украины с растущими в геометрической прогрессии кладбищами. Они меряют мир еще старым мериллом. Александр говорит, что много читает, показывает на проглоченные книги. Особенно Булгакова уважает. «Собачье сердце», «Дни Турбиных», «Мастер и Маргарита»...

- У нас в Киеве, кстати, на Контрактовой площади, когда поднимаешься к Историческому музею, есть дом Булгакова, шикарное просто место, - вспоминает он с ностальгией.

- **Отменили у вас на Украине Булгакова,** - делюсь новостями. - **Признали «символом рос-**



Бывшие бойцы «лучшей армии Европы» читают книги на русском.

американской сторонам, чтобы остановить это безумие. Сколько людей уже погибло, сколько еще могут погибнуть. Молодое поколение, украинцы, российские граждане погибают. Отложите ваши амбиции, сядьте просто за стол переговоров и решите этот конфликт мирным путем.

- **Почему вы обращаетесь к Евросоюзу и США?**

- Потому что, я думаю, они решают эти вопросы. И они в ответе за продолжение конфликта. Они могут остановить это все. Это факт.

ТОЛЬКО ПЕРЕГОВОРЫ

Небольшой внутренний дворик между забором и «ка-



Бывшие бойцы ВСУ шагают не в ногу с Киевом.

зармой», дорожка вокруг нее, стриженный газон. Здесь по расписанию выходят на прогулку забытые своей страной граждане Украины. Сосредоточившись на чем-то своем, они навораживают круги по часовой стрелке, почти не отвлекаясь на гостей с фотокамерой. Связист Роман Оноприенко вспоминает годы, которые он провел в Москве, где жил с 2001 по 2005 год. Работал в Люблине в торговом комплексе «Москва» администратором торговых площадей. Здесь нашел жену, здесь у него родилась дочь. СВО застала его в Николаевке, в воинской части в Киевской области, которая, да-да, сдалась без боя.

- Содержание нормальное, но вы ж понимаете, это не свобода... Можно было ожидать худшего? Я не знал, чего ожидать, мне сравнивать не с чем. Кормят, книжки дают,

родная сестра - гражданка Российской Федерации. Это беда. Если вы спросите, поддерживаю - не поддерживаю или есть у меня какое-то негативное отношение к русским - нет абсолютно! Жаль, что так получилось. Я думаю, что военного решения этого конфликта нет, только переговоры. Все-таки какой-то здравый смысл должен восторжествовать.

- **Хотели бы что-то сказать родным?**

- Я хотел обратиться к своей семье, сказать им, что я их очень люблю и надеюсь, что скоро мы увидимся.

НАДЕЯТЬСЯ, КРОМЕ БОГА, НЕ НА КОГО

- А я бы хотел обратиться к жене, - просит Александр Сыч. - Алина, уже 27 месяцев прошло, я просто поражен. Я морально держусь, и куда я денусь, как говорится, с подводной лодки. Ну, дай бог, вернусь домой. Дави там все инстанции, может, это поможет. Смотри за нашей дочерью Лерой. Я ее не видел, к сожалению, забота о ней как обо мне. Ты у меня очень заботливая. Я люблю, целую, надеюсь на воссоединение. Все будет хорошо.

- У меня родные постоянно обращаются к властям, - добавляет Науменко. - Во всех письмах и жена, и мама пишут, что делают все возможное для нашего возвращения домой. Все возможное. Каждую ночь засыпаю с надеждой, что завтра поеду домой. Не завтра, так послезавтра. Но на все Божья воля.

Тут я бы, конечно, поспорила. Потому что помимо Божьей воли должна быть и воля политическая. Недавно главный редактор телеканала Russia Today **Маргарита Симоньян** опубликовала список из 500 фамилий тех, кого Киев упорно не хочет забирать домой. Выбрал из него 38 боевиков запрещенного в России «Азова», а от остальных просто отмахнулся. Впрочем, при таком избирательном подходе украинцам надеяться, кроме Бога, не на кого.

Мария БУТИНА:

Выборы в США - это манипуляция мировым сознанием. Там президент не управляет страной



Депутат Госдумы, отсидевшая в США при Трампе как «агент влияния», объяснила, за кого надо болеть на ближайших выборах в Америке и что на самом деле после них изменится.

У нас, как правило, говорят: дедушка старый, отпустите его. В Америке он должен был быть «кэптан Америка»!

- Теперь вместо «развалины» Байдена приходит молодая (по сравнению со старейшим в истории США кандидатом Трампом) Камала Харрис. Чем не интрига?!

- В Америке избирается не президент, а крепко связанная пара - президент и вице-президент. Если бы Харрис самостоятельно вошла в гонку, то у нее были бы высокие шансы, но она уже получила в подарок весь шлейф своего бывшего шефа. Люди не любят Байдена.

С ТРАМПМ ДОГОВАРИВАТЬСЯ НЕВОЗМОЖНО

- Что бы вы сказали российским болельщикам Трампа, у которых теплится надежда на хоть какое-то восстановление отношений с Западом?

- Пусть почитают книгу Трампа по искусству заключать сделки. Он не про принципы, и договариваться с ним невозможно.

- А заключить сделку?

- Он перекупаем - кто предложит больше. Это как агора (древнегреческий рынок): предлагаешь цену, продавец говорит «да», но подходит другой и за лучшую цену забирает товар. Так и Трамп - он мгновенно переметнется к тому, кто предложит больше.

- Кто-то надеется, что он не врёт и действительно решит украинский конфликт за один день.

- Насколько выгодно ему решать этот конфликт, если на нем зарабатывает военно-промышленный комплекс? А ВПК поддерживает Трампа. И сколько было слов, что Трамп сократит финансирование НАТО и остановит все мировые конфликты. И? Кстати, самые большие высылки российских дипломатов были именно при Трампе.

- То есть Трамп безнадежен?

- Единственный выход, который есть у него, провозгласить: Америка прежде всего. Пусть скажет: это не наш конфликт, кому должен,

всем прощаю, я пошел. Это самый элегантный выход из ситуации. Ведь самое главное его обещание американцам - США не должны вмешиваться в чужие войны, у нас своих проблем достаточно. Но тут возникает вопрос - выгодна ли нам Харрис?

- Мария, это странный вопрос. Харрис невыгодна Москве - она точно будет финансировать ВСУ.

- У Аристотеля был диспут, кто страшнее: дурак или злодей? Ответ: дурак. Со злодеем можно договориться, а дурак непредсказуем. Трамп, конечно, не дурак, но то, что непредсказуем, - точно. У него есть вводные, которых мы не знаем. А с Харрис все понятно.

ШТАТАМИ ПРАВИТ СПРУТ

- В российских блогах бытует мнение, что Москве невыгоден никто, а нужны максимально

тами к дому Харрис. Чтобы не забывала.

- Для американцев это большой вопрос?

- Болезненный. Например, мексиканцы, приехавшие легально, с радостью бы удушили нелегалов, сбивающих на рынке цену. А если учесть настроения американцев, которые, как были расистами, так и остались, шансов у Харрис нет...

- Поневоле залюбуешься драматургией настоящих выборов с неясным исходом. А вы заявляете, что от простого американца ничего не зависит, а решают только технологии...

- Вспоминается фраза «королева царствует, но не правит». Владимир, вы знаете, какие на самом деле полномочия в Америке у президента?

- США - президентская республика.

- (Смеется.) Президент у них даже войну не может



Байден вышел из предвыборной гонки, но что это изменит в американской политике?

тяжелые выборы, в идеале перерастающие в гражданскую войну.

- Это так. Чем больше в Америке проблем внутри государства, тем, безусловно, выгоднее нам, потому что в этом случае Штаты займутся собой. Иначе они снова расползутся по миру, как сорняк-вьюнок, заплетая все вокруг... Но все-таки потрясений ждать не стоит. Харрис просто сольет выборы. Помните, на чем закончилась ее рейтинг? Она поехала с победоносной миссией на границу с Мексикой, чтобы «аки светоч демократии» принимать детей счастливых мексиканцев в американское подданство. Но накануне поездки появилось видео, где мексиканских детей держат... в клетках, как животных, они умирают от голода и жажды. Теперь республиканцы периодически присылают автобусы с нелегальными мигран-

объявить. Он не Верховный главнокомандующий. Де-факто Америкой правит не президент, поэтому все, что связано с этой дутой фигурой, - огромный веселый хайп. Да и вообще Америка с ее, казалось бы, внешним благополучием и монолитностью не исключает дворцовых интриг.

- Демократия вообще ничего не исключает.

- А при чем здесь народ? Он ничего не выбирает, потому что президент царствует, но не правит.

- Американский президент не управляет страной?

- Абсолютно.

- Почему тогда весь мир за-

стыл в ожидании - Трамп или Харрис?

- Потому что, когда ребенок упал и повредил коленочку, ему надо показать красный пушистый шарик, чтобы он переключил свое внимание. То, что сейчас мы с вами обсуждаем, красный шарик. Манипуляция мировым сознанием.

- Так кто на самом деле управляет Америкой?

- Капитал.

- Тайные клубы миллиардеров?

- 30 банкиров в тайной комнате? (Смеется.) Это очень сильное упрощение ситуации. Американскую структуру капитала мы понять практически не можем. Наша - иерархична, и мы всегда ищем, кто главный. В Америке это спрут, сложная сеть. Надо какое-то время пожить в американском обществе, чтобы увидеть, как в этой сети появляются центры силы, которые, конкурируя между собой, расползаются по всему миру.

- Говорят, если Трамп победит, то США пойдет по новому историческому пути. Не будет Америки, импортирующей демократию, она замкнется на самой себе. Американцы что, готовы сложить с себя мировое лидерство?

- Такая идея не сработает. Поэтому Трампа и называют популистом. Идея классно звучит, и американцы в глубинке - это, прежде всего, электорат Трампа - здорово покупаются, но де-факто, если империя не расползется и не растет, она гибнет. Финансовая система Америки с гигантским госдолгом держится только на одном - вере планеты в Америку, что она всем правит. И как только эта вера пошатнется, США превратится в разьединенные Штаты Америки.

- Как, должно быть, велика надежда у Москвы, что Америка рухнет.

- Как говорили в одном кинопророчестве: «Один не может существовать, пока жив другой?» (Смеется.) Нет. Мы с Америкой как инь и ян, как черное и белое, поэтому мы обе должны существовать. Другой разговор, что только черное и белое - это скучно. Мир все-таки должен быть многообразнее, ярче.

Владимир ВОРСОБИН

«ЭТО ТЫ ЧАЛИЛАСЬ В АМЕРИКЕ?»

- Мария, жизнь ваша связана с Америкой, а там сейчас идет предвыборный триллер - подсудимый против бывшего прокурора...

- (Смеется.) Первый вопрос мне задают: «Это ты, которая чалилась в Америке?» Да, это я, которая чалилась.

- Что почувствовали, когда Байден отказался от гонки?

- Расстроилась до глубины души. Уже закупила попкорн, надеясь, что ждет интересное веселье. Но кина не будет. Интрига закончилась - демократы выборы проиграют.

- Я читал ваш канал: «Кто сядет на этот горячий стул кандидата в президенты от ослов (демпартия. - Ред.) - политический суицидник. Выборы он проиграет неизбежно». По-моему, наоборот: как раз с Байденом у ослов не было шансов, а с Харрис кино только начинается.

- Готова поспорить. Экономическая ситуация в Америке тяжелая. Крах финансовой системы социального страхования, студенты без бесплатного высшего образования погрязли в долгах, трехкратный рост цен (в том числе - а это самое болезненное для американцев - на бензин). Но главная претензия к Байденому у Америки знаете, какая? Он самоходный дед.

- ?!

- Он не «американ бьюти».

- Переведите.

- Американский стандарт. Моя ситуация - вы идете по улице, споткнулись, а ваш спутник начинает, простите, ржать. Вы возмущаетесь - больно! Но здесь так пытаются скрасить ситуацию. Все должно быть красиво, позитивно. А Байден уже не позитивный, он не образ Америки, он некрасив, он немощен, он не нужен. Обратите внимание, что многие российские комментаторы очень острожны в обсуждении физических недостатков Байдена.



«Тактика Данюка» на Радио «Комсомольская правда» каждую пятницу в 19.00

Никита Данюк и Владимир Ворсобин подводят итоги недели и с оптимизмом смотрят в будущее. Включайте программу

Евгений БЕЛЯКОВ

Несмотря на высокие ставки, россияне берут все больше кредитов. Почему так происходит? Чем опасна такая ситуация и что с этим делать? Об этом «Комсомолка» поговорила с **Елизаветой Даниловой**,



директором департамента финансовой стабильности, членом совета директоров Центробанка.

«В КРИЗИС ВСЕ МЕНЯЕТСЯ»

- Раньше мы гордились тем, что, в отличие от США, у нас низкая закредитованность населения. Так ли это сейчас?

- В целом долговая нагрузка россиян выглядит приемлемой. Но это смотря как считать.

Если мы отнесем общий долг к доходам всего населения (включая зарплату, пенсии, пособия и другие доходы), то получится, что всего 11% от них россияне направляют на платежи по кредитам. Согласитесь, немного.

Но это усредненная цифра. Всего у банков и микрофинансовых организаций почти 50 млн заемщиков - около 60% трудоспособного населения страны. И основная группа, которую мы все время держим в голове, - это люди, у которых одновременно три кредита или больше. И вот здесь можно говорить о высоком риске закредитованности. Тем более что доля таких заемщиков растет. На них приходится половина всей задолженности (см. «Только цифры»).

- А как вы определяете этот рискованный предел?

- Здесь нас выручает показатель долговой нагрузки (сокращенно ПДН). Он имеет понятную интерпретацию - доля доходов, которую человек тратит на обслуживание кредитов и займов. Если больше 50%, то это уже повышенные риски.

Елизавета ДАНИЛОВА, Центробанк:

Большинство нынешних заемщиков отдадут ипотеку только на пенсии

- Что ЦБ делает, чтобы снизить долю рискованных заемщиков?

- Мы постепенно используем макропруденциальные меры (они ужесточают для банков требования по кредитованию потенциально рискованных заемщиков. - Ред.). С конца 2022 года доля заемщиков с показателем долговой нагрузки более

ный портфель (общий долг россиян по кредитам. - Ред.) увеличился на 23%. Это не критично.

Но есть нюанс. Когда в экономике все хорошо, есть работа, растут зарплаты, то люди с высокой долговой нагрузкой с ней справляются. В период кризисов все меняется. Мы это увидели во время пандемии. Тогда было много заявок на кредитные каникулы. И

ЖИЛИЩНЫЕ КРЕДИТЫ СТАЛИ БРАТЬ МЕНЬШЕ

- Высокая ключевая ставка Центробанка (16% годовых) держится уже больше полугода. Из-за этого займы стали «дорогими». Россияне стали брать меньше кредитов?

- В ипотеке замедление налицо, особенно на вторичном рынке, где не действуют государственные льготные программы. В прошлом году

ипотека выросла на 35%. Сейчас - лишь 1 - 2% в месяц. В этом году ожидаем прироста общего портфеля на 7 - 12%.

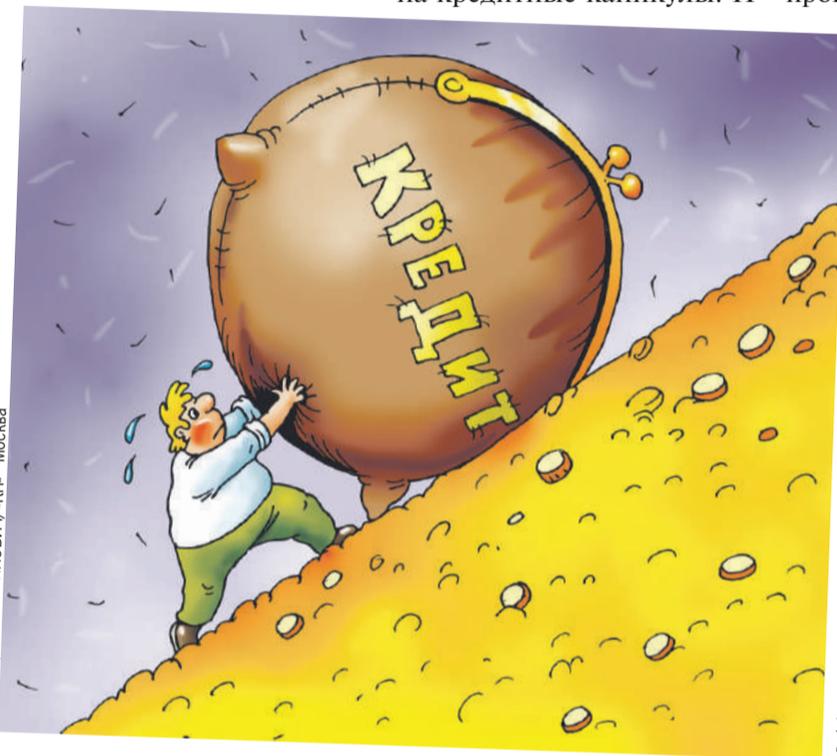
- А потребительские кредиты еще берут? Там же ставки под 30% годовых, если не больше...

- Здесь неожиданная ситуация. Тут наблюдаются высокие темпы роста - по 2% в месяц. Банки считают этот сегмент очень привлекательным. Дают кредитные карты и кредиты наличными. При этом основной прирост идет по картам.

- Ваш прогноз. Если сейчас у нас каждый второй взрослый имеет задолженность перед банками, то будет ли когда-нибудь такое, что у нас 100% населения станут заемщиками?

- Маловероятно. Всегда в экономике есть люди, которые только сберегают и не используют кредиты. На самом деле мы уже сопоставимы по уровню закредитованности с другими странами.

Другое дело, что у нас разные структуры долга. В развитых странах, как правило, это ипотека. У них низкие ставки, большие суммы и длинные сроки. А у нас в основном необеспеченные кредиты (потребительские займы. - Ред.).



80% упала почти втрое - с 36% до 13%.

Но это лишь в новых выдачах. В общем портфеле банков доля таких заемщиков остается высокой. К примеру, доля клиентов с ПДН более 50% составляет 56%.

- Почему Центробанк это так беспокоит? Ведь, по сути, это проблемы отдельных людей. Кто не справился, ЦБ же не виноват?

- В целом сейчас в экономике все неплохо. За прошлый год номинальные зарплаты выросли на 13%. Разни-

с наибольшими проблемами столкнулись в основном люди с высокой долговой нагрузкой и серыми доходами. А это уже социальные риски. Если человек на пределе возможностей обслуживает кредит и столкнется с тем, что зарплата снизится или он потеряет работу, он будет в это время тяжело жить. Придется сильно экономить на себе и близких. И представьте, что таких людей - миллионы... В итоге снизится совокупный спрос, пострадают другие отрасли. И это может запустить неприятную цепочку последствий.

В экономике все связано. Поэтому мы стараемся снижать и риски банков, и риски граждан.

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

КАК РАСТЕТ ЧИСЛО БАНКОВСКИХ ЗАЕМЩИКОВ В РОССИИ...

Год	Количество (млн человек)
2017	34,5
2018	35,6
2019	37,8
2020	39,4
2021	39,2
2022	39,5
2023	41,3
2024	45,9

... И КОЛИЧЕСТВО РОССИЯН, У КОТОРЫХ ТРИ И БОЛЬШЕ КРЕДИТОВ

Год	Доля (в % от взрослого населения)
2017	35
2018	35
2019	36
2020	39
2021	37
2022	40
2023	44
2024	50

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



Данные на 1 января каждого года. Источник: расчеты ЦБ на основе объединенных данных бюро кредитных историй.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

«Риски попасть в долговую яму реальны»

- Какой совет можете дать потенциальным заемщикам?

- Не стоит переоценивать свои возможности. Лучше подождать какое-то время, выплатить все старые долги. И взять кредит, когда ситуация с финансами станет лучше.

Для ориентира можно смотреть на показатель долговой нагрузки. Если планируете отдавать за кредит больше 50% дохода, подумайте, стоит ли его брать в принципе.

Представьте, сейчас средний срок выдачи ипотеки - 26 лет. У нас есть расчеты, сколько людям будет лет, когда они погасят жилищный кредит. Сейчас у большей части заемщиков срок полного погашения приходится на пенсионный возраст.

- Какие выводы из этой статистики можно сделать?

- Если человек на длительный срок берет кредит, он должен иметь финансовую подушку безопасности. За эти годы может случиться очень многое - и хорошее (рождение детишек), и плохое (можно лишиться работы). На эти периоды желательно иметь какие-то финансовые накопления.

Не стоит полагаться на потенциальные доходы в будущем. Будет прекрасно, если завтра они будут еще больше. Но сегодня надо исходить из того, что есть, и тщательно взвешивать риски. Желание иметь собственное комфортное жилье понятно, но риски попасть в долговую яму реальны, мы это видим по числу банкротств.



Полный текст интервью читайте на сайте KP.RU



«Комсомолка» рекомендует

«Цепкая. Ценная. Цельная»

Это авторский планер популярного блогера **Марии Комковой**, состоящий из заданий, трекеров и мотивационных фраз. Как все успевать? Как начать копить? Как наладить отношения с близкими? На эти вопросы мама шестерых детей, владелица кофейни и любящая жена точно знает ответ и делится своим опытом, как мечтать, чтобы желания сбывались.



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



5 причин, почему арбуз - полезное лакомство.

Хвостатый-полосатый снижает холестерин и пробуждает желание

Анна КУКАРЦЕВА

Если клубника открывает лето, то закрывают его арбуз и дыня.

«Из-за того, что вкуснейший арбуз на 90% состоит из воды, - это прекрасный вариант, если вы пытаетесь похудеть, потому что это сладкое и сытное лакомство, которое также помогает вам чувствовать себя сытым дольше, чем после многих других десертов», - отмечает **Оливия Тарантино, биолог, сертифицированный специалист в области питания и здорового образа жизни, редактор журнала Eat This, Not That!** («Ешь это, а не то»).

Благодаря содержащейся в нем воде арбуз поддерживает баланс жидкостей в организме. А кроме того, хвостатый-полосатый имеет еще несколько доказанных плюсов для здоровья. Например:

1 Борется с холестерином и раковыми клетками.

Исследователи Университета Кентукки доказали, что употребление арбуза снижает накопление вредного холестерина благодаря высокой концентрации в мякоти антоциана. Этот важный антиоксидант препятствует накоплению жира и придает арбузу его фирменный оттенок.

Ликопин также очень важен своими противораковыми свойствами. Он содержится и в других красных овощах и фруктах, но в арбузе его почти на 40% выше, чем в томатах.

2 Снижает боль в мышцах после тренировок.

Арбузный сок, богатый веществом L-цитруллином, может снимать боль в мышцах после силовых тренировок.

Спортсмены, которые пили арбузный сок во время тренировок, сообщали о меньшей болезненности и более ровном сердцебиении через 24 часа после тренировки. Исследователи связывают этот результат с содержанием в арбузе L-цитрулина, органической аминокислоты, которая позволяет артериям расслабляться и улучшать кровоток.

3 Помогает гипертоникам снизить давление.

По данным министерства сельского хозяйства США, около 300 граммов арбуза содержат 170 миллиграммов калия. Это незаменимый электролит. Калий полезен для уменьшения влияния натрия на кровяное давление (а влияет он повышением) и важен для правильного функционирования нервной системы.

Исследование Университета штата Флорида мужчин и женщин с ожирением и гипертонией показало, что арбуз может снижать давление.

4 А людям с ожирением - худеть.

Употребление арбуза в качестве десерта после основного приема пищи или в салате

- Лето не лето, пока не пошли сладкие арбузы.



Оксана ЗИМКО/«КП» - Москва

ВОПРОС - РЕБРОМ

Куда ж его, такого сладкого?!

С арбузом две самые большие проблемы - как его дотащить из магазина и что делать с этим богатырем, когда ты от 10 килограммов отел положенные в сутки 500 г. Как дотащить - тут каждый изворачивается. А как сохранить разрезанный арбуз, подсказем.

В арбузе много сахарозы, значит, бактерии, которые любят сладкое, на его поверхности будут размножаться очень быстро, - говорит **диетолог Людмила Денисенко**. - Чем теплее, тем быстрее начнется порча. Поэтому в идеале разрезанный арбуз нужно сразу убрать в холодильник.

Чтобы сохранить сочность, переверните арбуз разрезом вниз и вместе с тарелкой замотайте пищевой пленкой, чтобы ограничить доступ бактерий извне.

Оптимальная температура хранения разрезанного арбуза 2 - 6 градусов. Лучше - не дольше двух суток, максимум четыре. Многие зависят от того, как арбуз хранился и перевозился - не проникли ли бактерии через микротрещинки внутрь еще до продажи.

Кстати, многие отмечают, что нарезанная кубиками мякоть, отделенная от корки и закрытая в герметичном контейнере, может храниться в холодильнике до 5 - 6 дней. Но ориентируйтесь на запах (без кислинки) и текстуру (не склизкую).

также может быть полезной стратегией похудения.

В исследовании 2019 года мужчинам и женщинам с избыточным весом поручили съесть 500 - 600 граммов арбуза ежедневно в течение четырех недель. Сравнивали с группой, которая ела низкокалорийное печенье (в котором было столько же калорий, как в арбузе). Остальное питание и физнагрузки были обычными.

Те, кто был в группе арбузов, утверждали, что желание есть значительно снизилось в течение 90 минут после употребления арбуза. У тех, кто ел печенье, уровень голода не изменился. После четырех не-

дель перекуса арбузом участники слегка сбросили вес. А на печеньках - набрали.

5 Улучшает сексуальную жизнь.

Фитонутриент цитруллин, который помогает уменьшать боль в мышцах, также улучшает кровоток. А это имеет решающее значение для возбуждения и у мужчин, и у женщин.

Но есть одно но. Совсем заменить им виагру не удастся, ведь, чтобы достичь сопоставимого эффекта, придется съесть ну очень много-о-ого арбуза. А тогда все мысли будут не о противоположном поле, а далеко ли до туалета.



Майские заморозки и летняя жара: что будет с ценами на арбузы этим летом



ИЩЕМ АРБУЗ ПО ПЯТНЫШКУ, А ДЫНЮ - ПО ЗАПАХУ

Как выбрать самый спелый и вкусный плод

Турецкие арбузы лежат в супермаркетах еще с июня. Только ценник отпугивал, да и опасения - достаточно ли сладкие. Но настала и наша пора - начинают подвезжать родные арбузы, астраханские, краснодарские, ставропольские, оренбургские. А еще казахстанские и узбекские. Не говоря уже про вьетнамские, тайландские и китайские. Осталось определиться, как выбрать. Советы в помощь от экспертов Роспотребнадзора, Департамента здравоохранения Москвы и Роскачества.

Сколько съесть?

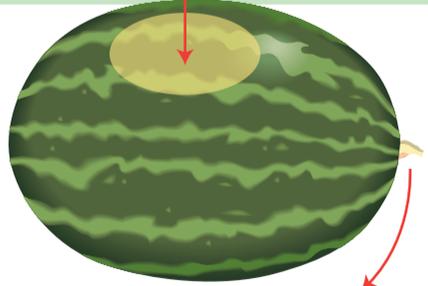
- 1 Не более 500 граммов мякоти в день (то есть 3 - 4 куска, если считать с корочкой).
- 2 Нельзя есть только его, не забывая про баланс в питании: должны быть и белки, и жиры, и углеводы. Арбуз может быть десертом или, например, перекусом в полдник.
- 3 Не стоит есть его на ночь - нарушите сон, бегая в туалет.



АРБУЗ

• Яркое желтое пятно, на котором арбуз лежал (если он не тепличный, а бахчевый).

- Корка чистая, чуть матовая.
- Размер - средний (слишком маленький - есть вероятность, что он неспелый, слишком большой - перезревший).
- Яркие, четкие полосы. При условии, конечно, что арбуз четко полосатый. Размер между полосами - как минимум в палец толщиной.
- Твердая корка, без вмятин, которая не прогибается при нажатии.
- Отсутствие любого запаха.



- А вот сухой хвостик - это не 100-процентный признак спелого арбуза, - говорит старший научный сотрудник ВНИИ орошаемого овощеводства и бахчеводства **Артем Соколов**, эксперт Роскачества. - Да, сухой хвостик означает, что арбуз созрел и больше не берет из почвы влагу. При условии, что вы покупаете арбуз у бабки. Но не забывайте про транспортировку - обычно арбуз едет до точки продажи не меньше 3 - 7 дней. А хвостик, даже если он совсем зеленый, высыхает буквально за 3 - 4 дня.

- Звук удара. Он должен быть не глухим и не звонким, а средним между ними, гулким, напоминающим вибрацию. Глухой звук - признак перезревшего арбуза, слишком звонкий - незрелого. Музыкальный слух есть? Отлично, вперед - на рынок.



- По сравнению с арбузом все признаки спелой дыни как бы «наоборот», - говорит начальник отдела надзора по гигиене питания Управления Роспотребнадзора по Московской области **Надежда Раева**.

ДЫНЯ

Очень насыщенный, сладкий, дынно-медовый запах.

Корка мягко-упругая, чуть прогибающаяся под пальцами.



Не стоит бояться на дыне небольших вмятин, если они, конечно, не загнившие. Небольшие впадины на корке - это тоже признак спелости.

Сколько можно за один раз?

Дыня более калорийна, поэтому для худеющих рекомендуется в день не более 300 - 400 граммов (то есть 2 - 3 кусочка без корочки).



Кошмар парка юрского периода:

Тираннозавры гораздо крупнее и тяжелее, чем считалось



Самый известный из динозавров был, оказывается, еще внушительней, чем про него думали.

Владимир ЛАГОВСКИЙ

Ученые прикинули, каких чудовищных размеров могли достигать эти монстры на самом деле.

Т.Рех - кошмарный хищный ящер из «Парка Юрского периода», скорее всего, был еще кошмарнее, чем себе представляли палеонтологи. Это следует из математического моделирования, которое провели британские ученые из Университета королевы Марии и их коллеги из Канадского музея природы. Согласно их расчетам, некоторые тираннозавры

достигали в длину 15 метров и весили 15 тонн. Против 12 метров и 8,8 тонны, как принято было считать.

В своих выводах исследователи отталкивались от примерной численности ящеров, продолжительности их жизни, темпах роста. Они предположили, что те ископаемые останки Т.Рех, которые найдены к настоящему моменту, принадлежат особям среднего размера. А где-то до сих пор лежат гораздо более крупные кости.

Приняв за основу максимальные размеры, которых могут достигать некоторые

крокодилы - пусть дальние, но все же какие-никакие родственники динозавров, Джордан Мэллон и Дэвид Хоун прикинули, что отдельные тираннозавры в среднем были примерно на 70 процентов крупнее. Останки таких гигантов рано или поздно попадутся, если раскопки продолжатся в следующие 1000 лет.

Кстати, моделирование показало: если самцы Т.Рех были крупнее самок (половой диморфизм) и жили дольше 30 лет, то они могли достигать максимального веса аж в 27 тонн. Кошмар...

Тираннозавры на Земле было больше, чем сейчас китайцев

А В ЭТО ВРЕМЯ

Немецкие исследователи из Университета Йоханнеса Гутенберга в Майнце определили численность Т.Рех - подсчитали, сколько их было всего за все время существования Земли. Получилось 1 миллиард 700 миллионов особей - больше, чем сейчас китайцев. Или индийцев.

Справедливости ради надо отметить, что эти почти 2 миллиарда гигантов жили не одновременно, а за всю историю своего существования. То есть в сумме за несколько десятков миллионов лет. Что уже не так страшно, но все равно много - кругом отвратительные зубастые пасти.

Авторы последней «переписи доисторического населения», ведомые Евой Грибелер, взяли за основу расчеты 2021 года, которые выполнили коллеги из Калифорнийского университета. Но уточнили их, используя более свежие научные данные. Кстати, американцы потом согласились с уточнениями. И даже приняли их с благодарностью.

В итоге появилась сложная математическая модель, которая учитывала с десяток показателей, включавших ареал обитания ящеров, возраст половой зрелости, количество яиц, которые откладывали самки, продолжительность жизни, сопротивляемость болезням и конкурентам вроде спинозавров - еще более крупных хищников с длинными, как у крокодилов, пастьями.

И те и другие, к слову, прекрасно себя чувствовали - вплоть до приполярных районов, легко переносили отрицательные температуры.

У американцев модель показала: каждое поколение тираннозавров, вероятно, состояло примерно из 20 000 особей. А всего было 125 000 поколений. Итого 2,5 миллиарда ящеров.

Немцы усомнились, полагая, что американцы переоценили и выживаемость тираннозавров, и их выдающуюся яйценоскость - эти показатели были скорее ближе к современным рептилиям и птицам.

У группы Евы Грибелер, обновившей американскую модель, получилось, что каждое поколение насчитывало 19 000 особей - не столь уж существенная поправка. Но самих поколений оказалось гораздо меньше - примерно 90 000. Что и составило в сумме 1,7 миллиарда ящеров.

Обе научные команды теперь интересуются: куда же делись все кости вымерших гигантов? Ведь если их расчеты верны хотя бы приблизительно, то на сегодняшний день найдены останки лишь 0,0000002 процента обитавших когда-то тираннозавров.

К слову, палеонтологи, определившие недавно максимальные размеры Т.Рех, придерживаются примерно такого же мнения. По словам ученых, это важный вопрос, который требует дальнейших исследований.

ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

Ледовое шоу Авербуха «Вместе и навсегда» вышло на финишную прямую

Иван ПЕТРОВ

Грандиозное юбилейное ледовое шоу «Вместе и навсегда» Ильи Авербуха заканчивает свои гастроли: остались последние



Екатерина ЛЫЗЛОВА

5 показов в Ледовом дворце «Айсберг». В течение двух месяцев на лед выходили звезды фигурного катания Алексей Ягудин, Татьяна Тотьмянина и Максим Маринин, Роман Костомаров, Евгения Медведева, Оксана Домнина и Максим Шабалин, Elizaveta Tuktamysheva, Александра Степанова и Иван Букин, Дмитрий Алиев, Матвей Ветлугин и многие другие.

«Карусель дней вращается с немыслимой скоростью - одно событие сменяется другим, другое - третьим. За последнее время сменил не один часовой пояс и где только не успел побывать, - говорит создатель проекта Илья Авербух. - Не мог оставить без внима-

Номер в исполнении дуэта Костомарова с Оксаной Домниной стал одним из самых популярных.

ния команду и поэтому посетил Сочи, чтобы в очередной раз посмотреть шоу и выверить его вместе с ребятами до кристальной безупречности. Здорово подзарядился горячим сочинским приемом и мощнейшей поддержкой зрителей! Спасибо вам, друзья! Такие встречи дают много сил для свершений и новых проектов! Я рад, что программа «Вместе и навсегда» со всеми ее сакральными смыслами принимается вами с широко распахнутой душой и горящими сердцами. И чем

ближе финал тура, тем эмоциональнее становятся шоу! Не упустите возможность увидеть эту программу своими глазами. Уверен, вы получите настоящий концентрат самых искренних эмоций!»

Шоу «Вместе и навсегда» уже посетили свыше 30 тысяч человек. В рамках совместного социального проекта «Движение вместе с заботой о вас», который проходит при поддержке российской фармацевтической компании «ФармФирма «Со-текс», представляющей бренд



Екатерина ЛЫЗЛОВА

нечно, рекордсменами по популярности стали номер Алексея Ягудина под песню «Город, которого нет» в исполнении Романа Костомарова и дуэт Костомарова с Оксаной Домниной. На всех 19 шоу зрители встречали Романа в буквальном смысле стоя и с зажженными фонариками на телефоне, так что зал превращался в огромное светящееся пространство. Как говорит сам Костомаров, он заряжается от этой энергии, когда видит со сцены это невероятное свечение тысяч фонариков.

Пока фигуристы наслаждаются последними днями под сочинским солнцем и готовятся к финальным пяти показам программы, Илья Авербух уже готовится к открытию нового сезона громкой премьерой в Москве, о которой будет объявлено в ближайшее время.

Билеты на сайте www.icetickets.ru.

Футбол в каждый двор!

Яна МУДРЫХ

Определены сильнейшие дворовые команды игроков.

Завершился Всекубанский турнир на Кубок Губернатора Краснодарского края.

Всего в соревнованиях приняли участие более 300 тысяч ребят. Турнир включал три этапа, первый из которых проходил внутри муниципальных образований. Далее лидеры встретились на втором - зональном.

Финальные игры сильнейших прошли в Краснодаре на стадионе «Кубань». За звание лучших боролись 18 команд. Победителей определили в трех возрастных категориях.

Среди представителей младшей группы верхнюю ступень пьедестала почета заняла команда «Омега», представляющая Курганинский район. На втором месте - «Туапсе-2013» из Туапсинского района, они завоевали серебряные медали. Бронзовые награды у футболистов Кореновского района, команды «Метеор».

Лучшим защитником стал **Дмитрий Шавкин** (Кореновский район), самую надежную защиту ворот обеспечивал **Мирон Тушканов** (Туапсинский район). **Александр Богущ** (Курганинский район) стал лучшим нападающим, среди бомбардиров высшей наградой отмечен **Иван Шестопалов** (Курганинский район).

В средней возрастной группе победителями стали футболисты из Каневского района. Команда «Спартак» завоевала награды высшей пробы. Уступили им спортсмены из Сочи, представляющие СШ №7. Бронзовых медалей удостоилась команда



Александр ХУРТИН

Ежегодно турнир собирает тысячи любителей дворового футбола.

«Виктория» из Славянского района.

В индивидуальном зачете лучшим защитником стал **Владимир Христякян** (Сочи), а **Егор Спириин** (Каневской район) - лучшим вратарем, среди нападающих не было равных **Данилу Марахию** (Славянский район), звание лучшего бомбардира заслужил **Игорь Калужный** (Каневской район).

По итогам состязаний самых старших участников, первое место заняли представители Геленджика. Серебро увезли с собой спортсмены из Сочи, команда «СШ Старт» из Ейского района на третьем месте.

Лучшим защитником был назван **Владислав Борисов** (Геленджик), **Тимофей Щербатый** (Ейский район) - лучшим вратарем. Среди нападающих особо отмечен **Богдан Тепляков** (Сочи), а **Максим Таранцев** (Геленджик) получил статус лучшего бомбардира.

История турнира берет старт с 2006 года. Основная цель состязаний - популяризация развития массового спорта, а также выявление молодых и перспективных футболистов.

КОНКРЕТНО

Чем красят поле?

Многие уверены, что полосы на поле - результат работы «спортивных художников». На самом же деле кисти и краски успешно заменяют газонокосилки, которые в процессе работы двигаются так, что трава ложится в разные стороны.

Тень отбрасывается определенным образом, в результате чего создается визуальный эффект разделения поля. Когда болельщики смотрят на кончики травинки, то полоса кажется темно-зеленой. А на другой стороне - зритель смотрит на стебель, и полоса выглядит светлой.

■ КСТАТИ

Гонять мяч полезно

Футбол способствует всестороннему физическому развитию.

Постоянно меняющийся комплекс упражнений, многочисленные нагрузки и упражнения, выполняемые с различными интервалами, являются составляющими грамотно организованного тренировочного процесса. Можно выделить **основные плюсы игры в футбол:**

- 1 Развиваются и укрепляются мышцы тела.
- 2 Улучшается концентрация внимания.

3 Формируется самоконтроль и самодисциплина.

4 Повышается уверенность в своих силах и закаляется характер.

5 Оттачивается взаимодействие с людьми.

6 Проявляются лидерские качества.

Футбол позволяет формировать определенный образ мышления, а также методику быстрого принятия решений. Эти умения и качества полезны для достижения результатов не только в спорте, но и в обычной жизни.



Александр ХУРТИН

В Краснодарском крае футболом занимаются более 197 тысяч человек.

КСТАТИ

Песчаные бури эмоций

В селе Витязево состоялся Кубок Краснодарского края по пляжному волейболу.

Команда в этом виде спорта состоит из двух человек. Замены не предусмотрены. Цель игры заключается в наборе большего количества очков. Для победы достаточно в двух партиях подряд набрать 21 очко. В случае ничьей, игра в третьей партии продолжается до 15 очков. Разрыв между командами должен быть не менее двух очков.

Жара не помешала участникам соревнований продемонстрировать высочайший уровень игры. Состязания отличались большим количеством красивых подач и эффектных ударов. За звание лучших боролись 80 спортсменов.

Среди мужчин за место на пьедестале почета сражались 16 команд из 5 муниципальных образований края. По итогам соревнований победителями стали представители Сочи.

Егор Липский и **Владислав Данилов** стали лучшими. На втором месте также спортсмены из Сочи **Евгений Грицай** и **Вячеслав Лампартер**. Представители Брюховецкого района **Дмитрий Невмержицкий** и **Максим Варчич** стали обладателями бронзовых наград.

Среди женщин звание победителей отстаивали 24 команды из 9 муниципальных образований края. Медали высшей пробы получили спортсменки из Динского района **Елена Пономарева** и **Ирина Юнаковская**. Представительницы Анапы взошли на вторую ступень пьедестала почета. На сче-



ГБУ НК «Спортивный центр пляжных видов спорта»

ту **Ульяны Береговинной** и **Виктории Хроменковой** серебряные награды. Почетное третье место заняла команда из Анапы в лице **Арины Буджерак** и **Анастасии Зверевой**.

Соревнования проходили на базе спортивного центра пляжных видов спорта.

Данные соревнования стали одним из заключительных этапов подготовки сборной

команды Краснодарского края по пляжному волейболу к первенству России.

СПРАВКА «КП»

Считается, что пляжный волейбол зародился в начале 20-го века на Гавайях. Там начали проводиться первые неофициальные игры. Позже в волейбол на общественных пляжах стали играть жители Калифорнии. Они организовали клубы, и в 1924 году между ними состоялись первые соревнования.

География данного вида спорта стала расширяться. С 1996 года пляжный волейбол является олимпийским видом спорта и насчитывает немало поклонников. В Краснодарском крае данным видом спорта профессионально занимаются более двух сотен спортсменов. Для этого в регионе функционируют пять мужских и шесть женских отделений.

В августе не берите в долг и не бойтесь влюбиться

Вадим ТАРАКАНОВ/ТАСС



Тамара Глоба.

Известный астролог Тамара ГЛОБА поделилась прогнозом на последний месяц лета на своих каналах в YouTube и Rutube.

ОВЕН



Время профессионального обучения: нужно подтянуть свои умения навыки, чтобы потом шагнуть вперед. Весь месяц хорошее время для того, чтобы отправляться в поездки, заниматься бытовыми делами, вместе с родными и хорошими знакомыми решать важные вопросы. Вторая половина августа принесет очередные возможности для реализации творческих планов. Это время продолжения успеха, которое продлится и в сентябре. Во второй декаде августа будьте очень внимательны в дороге - берегите себя и близких. Третья декада августа будет ознаменована переоценкой личных планов, движением вперед с новыми проектами. В августе личное хорошо сочетается с работой и учебой. Поэтому активно занимайтесь всем сразу.

ТЕЛЕЦ



В первой половине месяца почти гарантирован успех в интеллектуальной деятельности. В середине месяца потребуются особое внимание близким - ваша поддержка им важна как никогда. В течение всего месяца Тельцы будут решать финансовые вопросы и пытаться заработать деньги. В этом помогут и родные, и друзья, и люди, с которыми вы занимаетесь важными делами. Но будьте очень внимательны в покупках (особенно техники) во второй декаде августа. В это время также потребуются особое внимание в транспорте и в финансовых делах. Не доверяйте тем, кто обещает золотые горы. В середине августа возможны финансовые потери.

БЛИЗНЕЦЫ



Появится возможность начать новые проекты: придут и короткие успехи, и на долгий период. Будьте внимательны к домашним делам, к родителям а также к вопросам, которые касаются недвижимости - особенно в середине и в самом конце августа. Весь месяц вы сможете блистать в поездках - будут возможности новых знакомств, интересных встреч. Вторая декада августа потребует четкого планирования. В конце месяца смело беритесь за новые дела. Это время любви, творческого и личного успеха.

РАК



Благодаря новым знакомствам, экскурсиям, поездкам вы узнаете много интересного. Деловые поездки принесут заработок. В середине августа будьте очень внимательны в дороге - поездки могут быть сопряжены с конфликтами. Берегите своих близких и ни в коем случае не ссорьтесь с теми, кто вам дорог. Уделите внимание обучению, интеллектуальной деятельности. Новые контракты будут сложными. В начале и второй половине месяца придут новые возможности в личной жизни. Для вас это период хороших приобретений, интересных проектов.

ЛЕВ



В августе у Львов период, который принесет хорошие возможности. Друзья и старые знакомые будут приходить к вам с перспективными проектами - стоит их внимательно оценить. Но не беритесь сразу за все. В первой декаде держите фокус на личных делах и творческих проектах. Во второй декаде августа возможны потери, расходы, трудности с кредитами. Ни в коем случае не берите и не давайте в долг. Третья декада августа хороша для раскрутки старых проектов и реализации перспектив, которые вы обдумывали ранее. Появится ощущение, что вы готовы к реализации очень смелых идей - потерпите до осени, когда ваши шансы на успех значительно вырастут.

ДЕВА



Весь месяц вы будете расписывать планы надолго вперед. Люди будут прислушиваться к вашему мнению, к вашему видению перспектив. Практически весь месяц вы будете в центре всеобщего внимания. Но в то же время придется поставить перед собой очень амбициозные, непростые задачи. Не отбрасывайте интересные идеи, если их реализация покажется вам сложной - успех на вашей стороне. Однако перспективы, которые касаются карьеры, требуют тщательного продумывания. Но если чересчур критичны к тому, что происходит вокруг вас, могут возникнуть трудности в работе. В конце месяца будьте внимательны в личных отношениях.

ВЕСЫ



Будьте внимательны в переговорах, продумывайте планы на будущее - вскоре они могут реализоваться. Июль принес вам новые возможности, середина августа тоже связана с большими переменами. Но не переоценивайте то, чего вы достигли в июле. Конец августа - это период, когда случатся волнующие перемены в личной жизни. В любви вы получите большую поддержку. Весь месяц вдали от дома вас ждет большой успех и возможности, которые откроют перспективы на дальнейшие годы. В то же время во второй декаде будьте внимательны к тому, что происходит за вашей спиной.

СКОРПИОН



Работа может быть крайне интересной, но нужно как следует оценивать риски. Наиболее сложный период - середина августа. Во второй декаде есть опасность трудностей с руководством. Оцените свои перспективы, отношения с друзьями - возможны ссоры из-за денег. С третьей декады августа положитесь на тех, кто достиг значительного успеха в делах - эти люди помогут вам в продвижении. Будьте внимательны в личных отношениях в конце августа. Появится возможность начать новые проекты.

СТРЕЛЕЦ



В начале августа вдали от дома вас ждет любовь и личный успех, поддержка, внимание. Воспользуйтесь этим периодом для того, чтобы блистать талантами и способностями. Во второй половине августа хорошие возможности для контрактов, которые вы начали в июле, для новых знакомств, которые принесут и личный успех. Параллельно полагайтесь на людей, которые успешны в этот период. К концу августа и друзья, и люди издалека дадут вам новые шансы. Разделите свой успех с людьми, которых вы любите. Семья будет поддерживать во многом, семейные дела будут наиболее успешными.

КОЗЕРОГ



Новые люди, знакомства, встречи будут наполнены успехом, любовью и популярностью. Но параллельно вы переживете кризис и в личных отношениях, и в новых встречах. Поэтому внимательно оценивайте людей, которые приходят в вашу жизнь во второй декаде августа. Весь месяц вы будете развивать бурную деятельность во всем, что касается вашей службы. Работа принесет успех, поэтому посвятите больше времени своим коллегам, новым планам и деловым проектам.

ВОДОЛЕЙ



Перемены на службе придут в вашу жизнь в начале месяца. Весь месяц будут отличные возможности в творчестве, спорте, работе, связанной с интеллектуальными проектами. Во многом вам будут помогать любящие вас люди. Вас ждет успех в дороге, а также в делах, которые касаются спорта и личных отношений. Долгожданные результаты придут в конце августа. Во второй декаде августа будьте внимательны к финансам. Возможны потери, высокий риск неудачных покупок.

РЫБЫ



В начале августа вас ждет удача в творческой, интеллектуальной работе. Во второй половине месяца вы вернетесь к проектам, которые пришли к вам в июле. Дела получат новый поворот и дальнейший ход. Весь месяц вы будете много времени посвящать жилищным вопросам, делам, связанным с домом, родителями. Вы уделите много времени помощи родным, а также тем, кто нуждается в вашей помощи. Но постарайтесь не дать злоупотреблять вашей добротой, особенно во второй декаде и в конце августа. Постарайтесь все-таки уделить время и себе. Здоровье играет огромную роль в том, что вы будете делать практически весь месяц.

ЗВЕЗДЫ ПРЕДУПРЕЖДАЮТ

Дни, которые потребуют повышенного внимания: 1, 5, 7, 8, 12 - 14, 19, 21 - 23, 28 августа. Будьте осторожны, но в то же время занимайтесь любимыми делами. И ни в коем случае не теряйте уверенности в собственных силах.

Характеристика августа - месяца Льва. Львом управляет Солнце - звезда, которая каждому из нас дает энергию, творческие силы.

В этом августе Венера и Меркурий будут пребывать во Льве, что даст возможность многим людям продемонстрировать свои способности и заложить программы на будущее.

Август-2024 вознесет на мировую арену новых лидеров - это будут люди, неужи-

данные для общества. Период, когда из коротких начинаний впоследствии возникнут большие возможности.

- Будут перемены в дорожных и транспортных вопросах (логистика, доставка, торговля и т. п.). Мы также увидим много перемен и в том, что касается финансовых структур. Значительные перемены произойдут в информационной сфере (радио, ТВ и др.), в работе блогеров.

- Это время надежд. Перемены и кризисы уносят старое, прошлое. Это время, когда нужно обратить внимание на свои интересы, двигаться вперед.

- Теряются старые партнеры. Но параллельно возникают новые союзы.

- Хорошие перемены грядут для тех, кто ищет себя в торговле, обучении, интеллектуальной сфере.

Ирина ВИКТОРОВА.

Александра БУДАЕВА

ПОВСЮДУ ВМЕСТЕ

- Здравствуйте, а к вам с питомцем можно?

- Нужно!

Никогда бы не подумала, если бы не опробовала сама. С любимой собакой в наше время можно не только зайти в кафе за кофе (этим нынче уже мало кого удивит). Теперь с хвостатым можно пойти за покупками в торговый центр, музей, салон красоты или на фитнес.

- Конечно, на какое время вас записать? Собачка у вас? Без проблем, она может посидеть рядом, - говорят мне в одном из салонов красоты.

Справедливости ради, с такими ценами на маникюр и педикюр (от 4000 рублей) я другого и не ожидала.

Ищу дальше. Вот студия йоги - 2000 за занятия, абонементы дешевле. Пишу администратору, меня тут же соглашаются принять с питомцем и даже шутят - мол, посмотрим на «собаку мордой вниз» (это одна из поз йоги) в природном исполнении.

- А если кто-то из клиентов или преподавателей будет против такого соседства на занятии, - интересуюсь я у администратора.

- Мы позиционируем себя как pet-friendly заведение, пишем везде, что с животными к нам можно, все ознакомились с этим правилом, - объясняет мне сотрудница студии йоги. - Но чтобы питомец не мешал занятию, мы можем предложить иной вариант: оставить его в специальной огороженной зоне с водой, пеленками и игрушками, это рядом с нашей зоной администраторов, мы присмотрим за ним.

ГЛОБАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ

Понятно, что просто так подобные заведения найти сложно. Я искала через dogfriendlymap.ru.

- Проект начинался более 5 лет назад как блог. Мы с моим джек-рассел-терьером Керри много путешествовали, и своим подписчикам я рассказывала не только о наших приключениях, но и о том, как в разных странах и городах относятся к собакам, о местах, где были рады и мне, и Керри, - вспоминает автор и идейный вдохновитель проекта **Сабина Джавадова**.

В своем блоге она делала подборки таких мест. А потом задумалась: вот было бы здорово их нанести на карту. Вместе с друзьями создали сайт, отметили на нем те точки у

В России появится приложение для поиска мест, куда можно прийти с питомцем.

Сабина Джавадова много путешествует и собирает места, где рады собакам.

Личный архив Собины Джавадовой



нас в стране, где побывали лично, потом создали группы в соцсетях, и пошло-поехало. Сейчас на сайте отмечены тысячи мест, где будут рады человеку и собаке любой породы и размера (единственное пожелание - чтобы питомец был воспитанным), созданы подробные карты Москвы и ближайших к столице городов (Коломна, Тверь, Тулы и др.), а также Санкт-Петербурга, Воронежа, Новосибирска, Казани, Екате-

ринбурга и др. Хорошо налажена обратная связь с владельцами собак - они могут либо предложить добавить какое-то место на карту, либо сообщить о том, что одна из отмеченных точек уже не так дружелюбна по отношению к хвостатым, как хотелось бы.

Следующий шаг - запуск собственного приложения для Android и iOS, оно будет бесплатным и в открытом доступе появится уже в этом августе.

ВОПРОС - РЕБРОМ

Кто решает, пускать или нет хвостатых?

Юрист и зоозащитник **Светлана ЗИБЕРТ**:

- Закон не запрещает посещать с домашними животными общественные места, объекты торговли и др. Что не запрещено - то разрешено. Далее владельцы заведений решают сами, можно к ним с животными или нет. Если на двери есть надпись, что с животными можно, то, по Закону о защите прав потребителей считается, что посетитель получил необходимую информацию и далее уже он сам решает, готов ли проводить время с животным внутри или поищет другое место. Если разрешающих или запрещающих надписей нет, стоит руководствоваться здравым смыслом: большой собаке, которая лезет носом везде и всюду, в продуктовом магазине вряд ли обрадуются, но если собака маленькая и вы возьмете ее на руки, чтобы она никому не мешала, скорее всего, вам замечание никто делать не будет.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

НА ЗАМЕТКУ

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ЗАВЕДЕНИЙ С ПИТОМЦАМИ:

- Прежде чем ходить с собакой по заведениям, нужно позаботиться о ее воспитании: она не должна бояться толпы, громких звуков, других животных, не должна лаять и скулить, выпрашивать еду, особенно у незнакомцев.
- Не отпускайте питомца с поводка, каким бы мирным он вам ни казался.
- Спрашивайте разрешения у других хозяев, прежде чем знакомить свою собаку с чужой.
- До посещения любого заведения хорошенько выгуляйте питомца и будьте готовы убирать за ним в случае неожиданностей.
- Следите, чтобы ваш пес не приставал к другим людям.
- Не давайте собаке забираться на стулья и диваны, облизывать тарелки, вытирать слюни о мебель и одежду посетителей заведения.



Shutterstock

Трое в лофте, не считая собаки

Даже если заведение к песикам дружелюбно, вести себя в них питомцы должны послушно.

А С ДРУГОЙ СТОРОНЫ



Если питомца дома нет, а общения с животными очень хочется, то подходящий вариант в Москве легко найти в подходящих заведениях:

- кошки: можно прийти в кофейню, их в столице масса: «Котики и люди», «Котофейня», «Котиссимо», «Мурчашка» и др.
- кролики: «Зайкафе»
- ежики: «Ежеминутка»
- еноты: «Енот-банда», «Пушистая братва» и др.
- совы: «Совиный дом»
- зады ползучие: «Жучки-паучки»

А вот первое в Москве песокафе так и не было открыто, так как организаторам не удалось найти подходящее помещение. Пообщаться с собаками можно практически через любой приют - там всегда рады волонтерам и регулярно устраивают дни открытых дверей.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

Коронавирус обживаете среди кроликов, енотов и сурков

Оксана НАРАЛЕНКОВА

Похоже, звери подцепили заразу от человека.

Печально известный SARS-CoV-2 продолжает распространяться и мутировать. Правда, теперь вирус обживаете среди братьев наших меньших. «Корону» нашли у шести видов животных, а следы болезни - антигена - еще у пяти видов диких зверей. Источником заражения стал человек. Правда, вероятно, не напрямую, а опосредованно. Ученые предполагают, что «корону» зверюшки могли подцепить, полакомившись выброшенной едой или из сточных вод.

Новые цепочки передачи коронавируса продолжают отслеживать, потому что его мутации в отдельных видах потенциально могут стать более вредными и опасными, в том числе и для людей. Но пока обратной передачи - мутировавшего вируса от зараженного животного - к человеку не наблюдается.

Признаки ковида нашли у оленьих мышей (они же олени хомячки), виргинских опоссумов, енотов, сурков, восточноамериканских кроликов и восточных красных летучих мышей. Профессор **Карла Финкельштейн**, одна из авторов исследования, считает, что вирус сейчас ищет новые пути передачи, потому что среди людей чувствует себя стесненным. Ведь многие из нас уже вакцинированы, переболели и приобрели иммунитет. Поэтому вирус и перекинулся на животных, чтобы «процветать в новых хозяевах».



KP.RU

Гид по всем породам собак

и кошек, а также советы по уходу

и воспитанию питомцев - в спецразделе на сайте KP.RU



Во что обуться, чтобы было удобно и стильно одновременно? Рассказываем и показываем на примере наших знаменитостей.

Образы звезд комментирует журналист «КП», стилист Ольга РОДИНА.

Эти красные туфли для чего ты надела?!

Выбираем летнюю обувь вместе со звездами.

Светлана Бондарчук

Красные балетки - писк сезона не первый год. Светлана показывает, как можно носить ультрамодную обувь (в ее случае это балетки Prada) даже с домашним костюмом. Сверху можно накинуть облегченную куртку, а в руки взять объемную сумку. Такой образ Бондарчук собрала на скорую руку, когда на один день заехала в Москву.



Личная страница в социальной сети Светланы Бондарчук



Алена Водонаева

На арт-ужине известного глянцевого журнала Алена выгуляла ультрамодные балетки золотого оттенка. Водонаева дала мастер-класс, как носить такую акцентную обувь. Она сочетала «золото» с черным платьем макси с открытой спиной. Блогер распустила волосы и сделала небрежную укладку. Кстати, золотой оттенок прекрасно сочетается еще и с белым цветом.



Личная страница в социальной сети Алены Водонаевой



Личный архив Ольги Родиной

Ольга Бузова

Ольга на съемках нового шоу в Колумбии в перерывах между съемками изучает местность. Так, во время поездки в город Картахена звезда нарядилась в пестрый костюм и оранжевый кроп-топ. Образ Бузова дополнила массивными кроссовками GUCCI. Поклонники Оли закидали ее вопросами: почему в такой жаркой стране она носит то кроссовки, то ботинки. Телеведущая объяснила, что это обусловлено агрессивными насекомыми, которые живут даже в песке.



Личная страница в социальной сети Ольги Бузовой

Анна Заворотнюк

После смерти мамы Анна наконец вернулась к социальной жизни и показала сдержанный и благородный образ. Белый вязаный топ она сочетала с черной юбкой и легким кардиганом коричневого цвета. Кстати, шоколадный оттенок будет одним из главных этой осенью. А дополнила образ фешен-блогер изящными черными сабо. Актуально и элегантно.



Личная страница в социальной сети Анны Заворотнюк

Люся Чеботина

Певица, которой явно импонирует расслабленный американский стиль (дело было где-то в Лос-Анджелесе), вообще не заморачивается, что носить летом, и смело надевает грубые ботинки на голую ногу. Их она сочетает с платьем-майкой с цепями и сумкой Hermes. Получился образ с рокерским настроением, который певице очень идет. Если бы я жила в Нью-Йорке, то одевалась бы так же.



Личная страница в социальной сети Люси Чеботиной

Ольга Кабо

Еще один тренд этого лета - плетеная обувь. На кинофестивале в Сочи Ольга продемонстрировала элегантный образ с летящим платьем, которое дополнила изящными плетеными туфлями с ремешком по центру. Идеальная модель, если вы хотите визуально сделать ногу более изящной.



Личная страница в социальной сети Ольги Кабо



Личная страница в социальной сети Татьяны Брухуновой

Татьяна Брухунова

Во время круиза по Волге молодая жена Петросьяна собрала образ стильной морячки. Татьяна примерила костюм с морской тематикой, состоящий из жакета с объемным воротником и юбкой с разрезом. Лук Брухунова дополнила ажурной косынкой и ультрамодными слингбэками (туфли на ремешке с открытой пяткой. - Ред.) из денима Chanel. Прекрасный круизный образ.

Константин ГЛЫБА

Еще вчера они держались за мамы юбки на светских мероприятиях. А сегодня и сами способны привлечь всеобщее внимание.

Юные красавицы, которыми по праву гордятся их знаменитые родительницы.

Мамины Дочки

Лариса КУДРЯВЦЕВА



Микелла Абрамова

Увы, ее имя до сих пор ассоциируется с постыдным скандалом в шоу «Голос. Дети» пять лет назад, где кто-то из доброжелателей (родители девочки - певица **Алсу** и бизнесмен **Ян Абрамов** уверяют, что не знают, кто это был) организовал аномальное голосование ботов в поддержку девочки в финале проекта: на 8 тысяч автоматических SMS якобы реальных людей ушло 1,5 млн руб. Сейчас папа и мама 16-летней Микеллы разводятся. Она вела рубрику «МУЗ-ТОК» в программе «С добрым утром, малыши!» на «Карусели», по-прежнему продолжает пробовать себя в качестве певицы, записывает треки и вот-вот получит аттестат зрелости. Музыку бросать не планирует, но учиться собирается все-таки на юриста.

- Микелле нравятся разные направления: от рэпа до джаза, классики и рока, - объясняла Алсу. - Творческий человек может развиваться и в итоге выбрать направление, которое ему подходит больше всего.

Мария Табакова

Девочке с глазами мамы **Марины Зудиной** и обаятельной улыбкой папы **Олега Табакова** совсем недавно исполнилось 18. Пережившая уход отца в раннем возрасте, Маша теперь выглядит окруженной любовью и заметно повзрослевшей. Посещает с мамой премьеры и умело позирует для фото в соцсетях. При этом Табакова не отвлекается от учебы - и в настоящий момент штурмует несколько московских вузов.

- Сначала она думала о менеджменте в сфере фешн-дизайна - в индустрии моды, - говорила Марина Зудина. - Но сейчас решила, что лучше более широко познакомиться с принципами ведения бизнеса. Дочь говорит: «Мне важны контакты, знакомства с людьми, с которыми в дальнейшем мне будет интересно вместе что-то делать, придумывать». Крестный Марии очень хотел, чтобы она поехала учиться в Монако - он живет неподалеку. Но дочь решила учиться в Москве.



Михаил ФРОЛОВ/«КР» - Москва



Мила СТРИЖ

Злата Ковальчук

Сложно поверить, но ведущая актриса Театра Ленсовета **Анна Ковальчук** снимается уже в 24-м (!) сезоне детективного сериала «Тайны следствия». Мамой она стала без отрыва от производства - вместе с Анной забеременела и родила и ее героиня. Злата впервые появилась в кадре, будучи новорожденной, а когда подросла, сыграла полноценную эпизодическую роль дочери главной героини. И вот теперь Злате исполнилось 23. Из милой пухлощечкой девочки она превратилась в весьма симпатичную особу с маминими чертами лица.

- Злата получила диплом юриста, - делилась Анна Ковальчук. - При этом заниматься она будет конным делом. Лошади - главная страсть дочери, она кандидат в мастера спорта. У нее будет своя конюшня, где всем заниматься будет именно она. В семье уже есть две лошади, но, видимо, будут еще.

Алина Белькевич

Дочь бывшей солистки группы «ВИА Гра» **Анны Седоковой** - старшая наследница, которую певица родила футболисту **Валентину Белькевичу** (скончался 10 лет назад). Обладающая восхитительной генетикой Алина выросла очень похожей на маму. В конце текущего года ей исполнится 20. Жизнь в звездной семье отрицательно повлияла на психику Алины - отец никак не помогал семье, его она практически не видела, сама с девяти лет жила в США с няней, а ухажеры преследовали только одну цель - познакомиться через Алину с ее мамой. Переезд в Москву ситуацию кардинально не улучшил: в престижной московской школе Белькевич травил. В прошлом году Седокова и Белькевич в тандеме приняли участие в шоу «Последний герой. Выжить семьей». Выжили и сблизились.

- Поездка сильно сблизила нас с мамой, потому что раньше были ссоры и конфликты по поводу разного, но после испытаний на острове ничто не может нас поссорить, - признавалась Алина.

Девушка зарабатывает на рекламе в личном блоге и при необходимости, как уверяет, готова пойти работать официанткой.



Экспресс газета - Москва



Ульяна Ветлицкая

Исполнительница хита «Посмотри в глаза» **Наталья Ветлицкая** долго искала семейного счастья. Она была в отношениях и с **Женей Белоусовым**, и с **Дмитрием Маликовым**, и с **Владом Сташевским**, и с **Сулейманом Керимовым**, и с другими успешными мужчинами. При этом детей у красивой и популярной артистки не было. А в 40 лет Наталья родила от инструктора по йоге Алексея, за которого вышла замуж в начале нулевых.

- Может быть, я не такая, как все женщины, может быть, я неправильная, - размышляла вокалистка. - Но я долго не хотела детей. Мне

казалось, что это дикая ответственность и что это адски обременительно.

Летом Ульяне Ветлицкой исполнится 20. Она напоминает маму в молодости - особенно отстраненным и глубоким меланхоличным взглядом. С 2012 году Ветлицкая с се-

мьей живет в Испании, в городе Дения (Валенсия) недалеко от моря в собственном двухуровневом особняке. В Европе Наталья стала риелтором и дизайнером - покупала дома, делала в них ремонт по своему вкусу, а после продавала по выгодной цене. Не так давно в телеграм-каналах публиковалась информация, что Ветлицкая, которая пробовала перезапустить карьеру в России, переформатила элитную квартиру на Патриарших прудах (200 квадратных по цене как минимум 200 млн руб.) на дочь, так что у Ульяны теперь появилось больше поводов появляться в родной стране.



Анатолий ЖИДАНОВ



От Матильды до Адама - почему знаменитости дают своим детям необычные имена, читайте на сайте



Ярослав КОРОБАТОВ

Как провести отпуск, чтобы каждый его день приносил максимальное ощущение счастья? Ответ на этот вопрос нашел профессор социологии Йерун Навейн из Университета прикладных наук Бреды (Нидерланды). Его научная работа называется «Кривая счастья во время отдыха за границей».

В течение 19 дней ученые и его помощники дежурили в различных туристических центрах Нидерландов: Королевском парке цветов в местечке Кекенхоф, в круизном терминале Амстердама, в городке-аттракционе Волендам, где гостей знакомят с жизнью голландских рыбаков в старину, и т. д. Йерун и его ребята просили туристов заполнить анкету, где надо было рассказать о своем отпуске. Вот что в первую очередь интересовало ученых:

✓ Вид отпуска: пляжный отдых, круиз, шопинг, посещение музеев, гастрономический или событийный туризм.

✓ Продолжительность поездки.
✓ В какой по счету день отпуска туристы заполняли анкету?

✓ Какое настроение у вас сегодня? (Ответ по 10-балльной шкале, где 1 означало «ужасно», а 10 - «отлично».)

Проанализировав ответы, ученые получили удивительные результаты.

Ученые вычислили формулу идеального отпуска

Они нашли способ максимально насладиться жизнью за короткое время.

Олег УМАРОВ, КП - Краснодар

купить». На следующий день в аэропорту самолет задерживают, а если вы едете к Черному морю на машине, то вместо 4 утра выезжаете из Москвы в 8 и собираете все возможные пробки. И в том и в другом случае до пляжа вы добираетесь так поздно, что купаться уже сил нет. А время ужина уже прошло. Неудивительно, что на старте отпуска настроение на нуле! Особенно если вдогонку вам по привычке пишут и звонят с работы.

Конкуренцию первому дню может составить разве что предпоследний - его рейтинг 7,19. Здесь тоже понятно: отпуск заканчивается, все самое хорошее осталось позади. Впереди снова работа и серые будни. Как тут не завывать волком?

2 Со второго по седьмой день: «медовый месяц» отпуска

Зато, когда дорожные хлопоты остались позади и вы бросили чемоданы на новом месте, наступает золотой период, когда мозг купается в фонтанах дофамина - его называют гормоном счастья. И это ощущение эйфории

длится минимум первую часть каникул. В эти дни ваше настроение балансирует в среднем на отметке 8,29.

Ученые полагают, что эта эйфория связана с бегством от рутины и серой скуки в мир новизны, ярких впечатлений, свободы и приключений. Собственно, уникальные переживания и есть тот краеугольный камень, на котором держится туристическая индустрия с ее многомиллиардными оборотами.

Любопытно, что вид отдыха не влияет на чувство глубокого удовлетворения, которое охватывает сорвавшихся с цепи отпускников. Не важно, является ли вашей целью приобретение коричневого загара, шопинг или опустошение запасов бара, работающего по системе «ол инклюзив». Также не имеет значения количество денег, которые вы тратите на побег из серых будней. Пятизвездочный отель или палатка на берегу озера - не важно. Сам по себе отпуск гарантирует вам дофаминовый праздник.

3 Да надоел уже этот ваш танец живота...

А вот длительность отпуска не увеличивает ощущения счастья. Скорее наоборот. Автор исследования составил любопытную таблицу (см. «Конкретно»), где показано, как продолжительность каникул связана с ощущением, что жизнь удалась.

Как видим, двухдневная вылазка на выходные не приносит большого человеческого счастья за счет того, что здесь отсутствует фаза «полета». Не успел уехать, как надо возвращаться. Зато потом - сплош-

ДРУГОЕ МНЕНИЕ

Длинные каникулы полезнее для здоровья

В СССР до 1968 года продолжительность отпуска составляла 12 рабочих дней ежегодно. Потом к ним добавили еще 3 дня, и трудящиеся отдыхали 15 дней, не считая выходных. Затем с октября 1992 года россияне получили право на отпуск продолжительностью аж 24 рабочих дня. А с 2002 года ввели 28 календарных дней - это правило действует и поныне.

Почему так кардинально увеличилось время отдыха? Дело в том, что врачи-курортологи установили: чтобы профилактические санаторно-курортные программы имели эффект, их длительность должна быть не менее 14 дней. А для лечебных программ оптимальная продолжительность 21 день. Путевки на более короткий срок не дают значимой пользы для здоровья. Следовательно, надо было привести продолжительность отпуска в соответствие с рекомендациями врачей.

С точки зрения поиска новых эмоций и впечатлений, возможно, отпуск, может быть, и стоит делить на небольшие отрезки. А вот с позиции медицины для восстановления организма после тяжелых нагрузок нужен большой полноценный отпуск.

Правда, стоит помнить, что советская санаторно-курортная система была заточена на реабилитацию трудящихся шахт, фабрик и заводов - то есть изнуренных физически граждан. А современных офисных работников нужно спасать не столько от физических нагрузок, сколько от эмоционального выгорания. Поэтому, решая, делить отпуск на недели или брать его целиком, выбирайте ту формулу отпуска, которая нужна именно вам.

ной карнавал, вплоть до пятого дня. А далее провал. Видимо, фонтаны ультрафиолета, мулатки, танец живота в вечерней шоу-программе, диарея и выезд в море на банане начинают становиться обыденной частью пейзажа. Поэтому вторая часть отпуска уже не так кружит голову.

Но самое парадоксальное, что последний день отпуска оказался не так уж плох - его рейтинг по шкале удовольствия 8,4. Потому что после переживаний предпоследнего дня мы вспоминаем, что отпуск все-таки состоялся, позитивные эмоции и впечатления получены, а возвращаться домой в конце концов не так уж плохо.

4 Хорошего должно быть в меру!

Это наблюдение - «фаза спада» во второй половине отпуска - навело профессора Навейна на интересную мысль. Райского блаженства от отдыха можно добиться за счет сокращения «хвостовой части» отпуска. Иными словами, нет смысла брать целиком месяц отпуска. Вторые две недели вы все равно будете маяться от безделья и русской хандры. Это непродуктивно.

А вот брать отпуск на неделю или две - отличная идея. Наслаждение «медовой» частью вояжа вы все равно получите, а отрезок кислого настроения будет короче.

1 Первый и предпоследний день - настроение ниже плинтуса

Главное открытие исследования - это серьезные перепады настроения во время вояжа. В среднем отдыхающие ставят своему отпуску оценку 8,27 по 10-балльной системе. Но есть два роковых дня, когда на душе путешественников скребут кошки. Один из них - это первый день тура: настроение падает до 7,54.

Социологи это связывают с хлопотами и суматохой, которые всегда сопровождают приготовления к отъезду и сам путь до места отдыха. Бьюсь об заклад, что именно в последний день накануне выезда курьер доставил вашей жене заказанный купальник, который оказался ей не по размеру. «Это по твоей милости я должна, как дура, лететь на море в старом купальнике! А ты в это время будешь глазеть на молодых баб!» - вытаскивает супруга из ножен стальное лезвие своего любимого оружия.

В результате вы идете в ближайший торговый центр и за пять минут до закрытия приобретаете втридорога купальник, «который мне совсем не идет», и «это ты заставил меня его



Залог полноценного отдыха - здоровый сон! Как правильно спать, читайте на нашем сайте



