

Чем Юрий Лужков запомнится калининградцам

Читайте на стр. 4, 10 ▶



Виктор ГУСЕЙНОВ/«КП» - Москва



РАДИО КП

Былое и Дума

Депутаты Шипулин и Валуев - о спортивном прошлом и политическом будущем - 21:00



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



5 198 000

уникальных посетителей за минувшие сутки

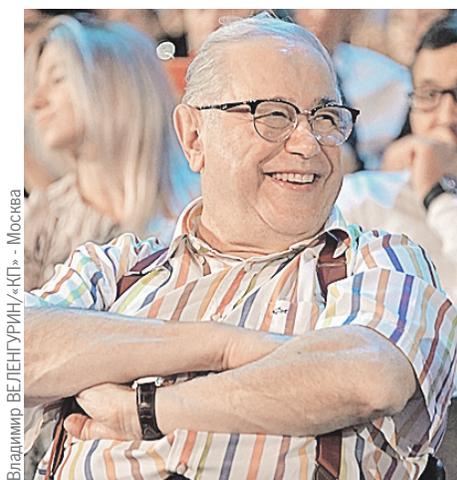


Основана в мае 1925 года

Среда
11 декабря

Газета нашего города ★ Калининград № 140 (27066) 2019 год

Первая чеченская война началась с ошибок и кончилась позором



Владимир ВЕЛЕНГУРИН/«КП» - Москва

Евгений Петросян все-таки женился на молодой

Мария РЕМИЗОВА

Это уже пятый брак юмориста, которого, похоже, не сильно смущает разница в возрасте с супругой.

Продолжение на стр. 19 ▶



^ Четверть века спустя о ней вспоминают люди, руководившие тогда войсками и спецслужбами страны. Читайте на стр. 6 - 7 ▶

Машины будем покупать через госуслуги

Влад СМЕРТИН

Электронный договор купли-продажи авто обещают запустить в 2020-м.

Купить машину уже в следующем году можно будет на портале госуслуг. Как это будет работать? Когда продавец и покупа-

тель обо всем договорятся и ударят по рукам, портал госуслуг сам заполнит типовой договор купли-продажи данными обоим, а также информацией о машине. Скрепить соглашение нужно будет простой электронной подписью, то есть зайти в личный кабинет на сайте и нажать соответствующую кнопку. После этого система подготовит заяв-

ление для регистрации авто новым хозяином.

Сейчас автовладельцы заполняют бумажные договоры вручную, часто приносят документы с ошибками. Да и мошенники могут состряпать бумагу, о которой настоящий владелец авто даже подозревать не будет. Также обещают возможность проследить, не числится ли авто в розыске, сколько у него было хозяев.



Теневые доходы кормят 13 миллионов россиян

Владимир НИКОЛАЕВ

Из-за этого в бюджет не поступают три триллиона рублей ежегодно.

Около 13 млн россиян не платят налоги с зарплаты - это 18% от всех работающих людей в стране.

- Такие показатели держатся уже примерно 5 лет,

- уточнил один из авторов исследования, Андрей Пискунов.

Из-за неплательщиков казна недополучает около 3 трлн рублей. Это вдвое больше, чем суммарные расходы на образование и здравоохранение из федерального бюджета в 2019 году.

Неплательщиков налогов можно разделить на три группы, пояснил «КП» про- ректор Академии труда Александр Сафонов.

1. Трудоспособные и безработные. В том числе алкоголики, наркоманы, люди под арестом.

2. Люди у черты бедности. Например, те, кто продает выращенное на своем участке.

3. Налоговые уклонисты с хорошим доходом. «Но даже в их случае в результате жесткого контроля за серыми зарплатами некоторые рабочие места могут закрыться», - предупредил Сафонов.

Дмитрий СМЕРНОВ

Президент России ответил на вопросы о ситуации с ВАДА, убийством в Берлине и цене на газ для Украины.

«ХОРОШО, ПО-ДЕЛОВОМУ»

9 часов прошло от приезда глав России, Германии, Франции и Украины в Елисейский дворец до того, как они вышли к прессе. Владимир Путин, Ангела Меркель, Эммануэль Макрон и Владимир Зеленский преодолели этот «нормандский марафон», хотя им это было нелегко.

После отдельных встреч с канцлером Германии и президентом Франции Путин и Зеленский появились в общем зале. 2,5 часа вся «четверка» заседала за закрытыми дверями. Потом Путин и Зеленский отправились на двустороннюю встречу, а затем еще раз все четверо собрались за ужином.

Все это время журналисты довольствовались слухами. Лишь однажды Путин перед ужином вышел помыть руки и прокомментировал разговор с Зеленским:

- Хорошо, по-деловому! - кивнул он на ходу.

«ЕСЛИ БУДЕМ ПЕРЕПИСЫВАТЬ, ПОЛУЧИМ ХАОС»

Когда началась итоговая пресс-конференция, стало понятно - конкретных договоренностей достигнуто немного. Но сделано главное.

- Я считаю, что работа была очень полезной, - констатировал Путин. - Подтверждена неукоснительность Минских соглашений. В первую очередь речь о внесении в конституцию Украины изменений, закрепляющих особый статус Донбасса на постоянной основе.

«Нормандская четверка» договорилась о разведении сил еще в 3 населенных пунктах Донбасса, увеличении пунктов пропуска, продолжении обмена пленными.

- Для меня это кажется маловато, хотелось бы больше решений, - прокомментировал Зеленский. - Но через четыре месяца мы встретимся и продолжим решать.

Это был анонс того, что новый саммит пройдет в марте.

- Есть ли потепление? Я думаю, да, - ответил журналистам Путин. - Обмен пленными, развод сил, наш

«Нормандский марафон»:

Путин и Зеленский договорились о первых шагах



Эмоции «нормандской четверки» говорят сами за себя. Путин - говорит, убежденный в своей правоте. Макрон - надзирает за залом, как триумфатор - ведь он всех собрал в Париже. Меркель - довольна, что выдержала 8 часов трудных переговоров. А Зеленский - чуть ли не кусает пальцы, думая, чем же ответить Путину.

саммит - все состоялось. Ситуация движется в верном направлении. Но важно, чтобы был прямой диалог между конфликтующими сторонами, без этого ничего не получится.

Украинская журналистка задала вопрос - принципиально ли, что контроль над границей между Донбассом и Россией должен перейти к Украине лишь после выборов в Донецке и Луганске? Как записано в Минских соглашениях. Но теперь Киев это не устраивает.

- Зачем вскрывать Минские соглашения? - развел руками Путин. - Там каждый пункт увязан друг с другом, граница начинает передаваться украинским силам на следующий день после выборов. Если мы будем переписывать соглашения, то получим хаос.

СПОРТСМЕНЫ ДОЛЖНЫ ВЫСТУПАТЬ ПОД СВОИМ ФЛАГОМ

Президента России спросили даже про решение ВАДА (Всемирный антидопинговый комитет) по российским спортсменам.

- Нужно проанализировать это решение, - ответил Пу-

тин. - Но что я вижу сразу. Нет претензий к Российскому олимпийскому комитету. А если к нему нет претензий, то страна должна выступать под национальным флагом. Такова Олимпийская хартия. В данной части решение ВАДА противоречит Олимпийской хартии. И мы имеем все основания подать иск в CAS (Кассационный суд. - Ред.). Но самое главное - любое наказание должно быть индивидуально. В решении о коллективных наказаниях лежит не забота о чистоте мирового спорта, а политика, ничего общего с олимпийским движением не имеющая.

Немецкий журналист спросил об «убитом в Берлине грузине», из-за которого выслали российских дипломатов.

- Вы сказали об убийстве грузина. Это не совсем так, - не согласился президент. - Это человек, который принимал активное участие в боевых действиях на стороне сепаратистов на Кавказе. Он не грузин по национальности. Этот человек находился у нас в розыске. Это боевик, причем очень жесткий,

кровавый человек. Только в одной из акций, в которых он принял участие, было убито 98 человек. Он был одним из организаторов взрывов в московском метро. Я не знаю, что произошло с ним. Это бандитская среда, и там может произойти все что угодно. Но я полагаю, что некорректна высылка дипломатов, которые не имеют к этому никакого отношения.

«А У НАС В КВАРТИРЕ ГАЗ»

Не могло в такой вечер, а точнее, глубокую ночь обойтись и без вопроса о транзите газа и его поставках на Украину.

- Помните детский стишок «А у нас в квартире газ. А у вас?», - прочитал Путин стих Михалкова. - И у вас есть и будет, но может быть гораздо дешевле, если мы договоримся о совместной и честной работе. Он может быть дешевле на 25%.

- Как вы объясните защиту русскоговорящего населения сегодня, когда Украина имеет

русскоговорящего президента? - спросила Путина украинская журналистка, спровоцировав полемику между двумя президентами.

- Мы на самом деле все украинцы, - тут же вставил свои пять копеек Зеленский. - Я русскоязычный, но все люди у нас говорят на двух языках. У нас не запрещено говорить по-русски.

- Русскоязычными на Украине считают себя 38% граждан, а со следующего года все русские школы переводятся на украинский язык, - парировал Путин. - А другие школы - венгерские, румынские, польские - только с 2023 года. Как будто венгров на Украине больше, чем русскоговорящих. Это у нас вызывает вопросы, на которые мы ответов не имеем.

«ПРИЕЗЖАЙТЕ, «БРИОНИ» НЕ ЗАПАЧКАЕТЕ»

А вот на вопрос российской журналистки о готовности контактировать с руководством Донбасса Зеленский отреагировал неожиданно надменно.

- У меня огромное количество друзей - жители оккупированного Донбасса, интеллигентные люди, сбежавшие от пуля, потерявшие дома, близких, - перевел стрелки президент Украины. - И я с ними в диалоге.

В какой-то момент он и все перешел на личности, обращаясь к задавшей вопрос корреспондентке.

- Вы приедете, я вам лично покажу, не как ваши там, есть товарищ Соловьев, весело говорит там, в Москве, что у нас происходит. А я всегда говорю: вы приедете, походите ножками, ручками, глазками, ничего страшного, я думаю, туфли «Бриони» или что там не запачкает человек, - заявил Зеленский.

Из зала тут же посыпались уточнения - как же нам приехать, если российским журналистам въезд на Украину негласно запрещен. Но Зеленский на это не нашел что ответить.

107.2 FM **Программа о закулисе большой политики «В коридорах власти» - по будням в 9.45 (мск) на Радио «КП»**

ОБЩЕСТВО

Веган-блогерша села на «диету хищника». Ей понравилось, подписчикам - нет

ОТДЫХ В РОССИИ

Куда поехать на зимние каникулы: лучшие идеи

ДОМ. СЕМЬЯ

Праздник к нам приходит: как украсить дом к Новому году



ЗВЕЗДЫ

Настя Ивлеева из «Орла и решки» ответила на вопрос о беременности

Андрей ЗАЙЦЕВ

Должникам оставят неприкосновенный доход

В правительстве намерены запретить автоматически списывать просроченную задолженность с пенсий и минимальных зарплат.

Чиновники нашли еще один способ бороться с бедностью. Малоимущих, по сути, будут освобождать от плохих долгов. Министрство экономики предложило внести несколько поправок в действующие законы. По ним судебные приставы не смогут взыскивать долги с пенсионеров и с тех, кто

зарабатывает меньше прожиточного минимума.

Сейчас ограниченный, по сути, нет. Вся пенсия горе-должника может списываться в счет погашения задолженности. Но авторы законопроекта считают, что это неправомерно и противоречит Конституции. По их мнению, неприкосновенность нужно наложить на страховую, накопительную

и военную пенсии, а также на выплаты по больничному листу. С этих сумм нельзя будет взыскивать банковские и другие коммерческие долги. А если пенсия не превышает прожиточного минимума, то нельзя будет списывать даже алименты, долги по «коммуналке», ущерб по преступлениям, административные и судебные штрафы.

Такое же послабле-

ние предлагается сделать и для работающих граждан. Судебные приставы могут взыскать любое количество денег, но прожиточный минимум у человека должен оставаться всегда.

Напомним, в среднем прожиточный минимум в России составляет около 12 тысяч рублей для трудоспособного населения и около 9 тысяч рублей для пенсионеров.

ДЕНЕЖКИ

Юлия ХОЖАТЕЛЕВА

Поиск высококвалифицированных работников обходится дороже, чем индексация окладов.

В последние несколько лет цены растут, а зарплаты за ними не поспевают. Регулярно оклады индексируют только бюджетникам. Что же касается остальных, то все зависит от воли руководства компаний. Ведь Трудовой кодекс хоть и обязывает проводить индексацию зарплат, но не указывает, в какой период. То есть поднимать полчку раз в десять лет - это вполне законно.

В каждой четвертой компании запланировано повышение зарплат

Что ждет россиян в грядущем 2020-м? Как выяснили эксперты Работа.ру, 35% представителей российских компаний индексировать жалование своих сотрудников точно не будут (год назад таких было 56%). Однако 25% опрошенных заявили, что оклады работников поднимут (год назад - 18%). Оставшиеся 40% еще не определились.

Почему наниматели стали охотнее задумываться о повышении оплаты труда? Доктор экономических наук Александр Сафонов напо-

минает, что в связи с ежегодным повышением МРОТ они обязаны повышать минимальные оклады, иначе в дверь постучит налоговая. Зарплаты квалифицированной рабочей силы тоже, как правило, растут пропорционально.

- Существует кадровый дефицит, - отмечает Сафонов. - В борьбе за сохранность опытных сотрудников работодатель вынужден повышать зарплату, иначе придется искать новых. А это обходится еще дороже.

СМОТРИТЕ, КТО ПРИШЕЛ

Правительство Финляндии возглавит дочь двух мам

Алексей ВАРЕНОВ

Будущему премьер-министру всего 34 года, и она воспитывалась в однополной семье.

Правительственный кризис, спровоцированный забастовкой финских почтовых служащих, завершился на прошлой неделе отставкой правительства. Со вторника в Финляндии будет новый, самый молодой в мире премьер-министр - 34-летняя Санна Марин.

Несмотря на возраст, эта женщина - опытный политик. Во власть она пришла 13 лет назад и сделала стремительную карьеру на муниципальном и региональном уровнях. В 30 лет стала депутатом финского парламента. А в прошлом кабмине была министром транспорта и связи. Те-

перь экс-премьер Антти Ринне передал ей руководство всей страной.

Санна Марин родилась в 1985 году в Хельсинки. Семья была неблагополучной, отец сильно пил. Девочку удочерила семья, состоящая из двух мам. Еще учась в школе, Санна пошла работать в пекарню, потом стала кассиром в универмаге. В политику она пришла, когда была студенткой Университета Тампере. Ее специализация - административное управление. Старт ее карьеры - руководство горсоветом Тампере. Несмотря на юный возраст, правила она железной рукой.

Санна Марин замужем за Маркусом Ряйккёном. Их дочери в январе будет два года, и, пока она не ходит в детский сад, папа сидит в декретном отпуске. В Финляндии это обычная практика.

Хельсинки.



Санна Марин стала известным политиком, когда возглавила достаточно крупный финский город Тампере. Правила она там, как признаются местные жители, железной рукой.

ВОПРОС ДНЯ



Донецк просит о прекращении войны. Но Киев донбассцев будто бы отказывается слышать.

В Париже завершился саммит глав четырех государств (подробности на стр. 2).

Стал ли Донбасс ближе к миру после «нормандской встречи»?

Владимир АБРАМОВ, политолог, Калининград:

- Будем надеяться, что он не стал ближе к войне. Потому что до мира очень долгая дорога и идти по ней будет тяжело. Нужно выполнять все принятые обязательства. А не выборочно. Это как из булки с изюмом весь изюм вытащить, а булку оставить. У наших украинских коллег регулярно именно такая позиция.

Александр НОСОВИЧ, журналист-международник, Калининград:

- Ни то ни се. Заморозка! Они не договорились о главном. А именно - разграничение сторон по всей линии конфликта. Достигнута договоренность всего лишь о разграничении в пределах еще трех населенных пунктов. Это значит, что в ближайшие 4 месяца в остающихся точках соприкосновения обстрелы могут продолжаться? Вывод такой.

Олег ЦАРЕВ, украинский политик:

- Дальше от мира точно не ушли. Подошли ближе, но совсем чуть-чуть. Можно было сделать большие шаги. Путин правильно сказал: хотите встречаться в этом формате - готовьтесь принимать решения. А Зеленский к этому не готов. Он очень боится радикалов, которые ждут его в Киеве. Посмотрите, как говорили Путин, Меркель и Макрон. Риторика мира. Посыл: «Выполняйте Минские соглашения». А выступление Зеленского - это обращение к внутренней аудитории. Он как бы оправдывался перед радикалами. Думаю, ему страшно возвращаться в Киев.

Анатолий ВАССЕРМАН, публицист:

- Нет. Окончательно выпутаться можно только путем объединения Украины с Россией. Ну а нынешняя встреча ничего не изменила. Единственное значимое решение - через 4 месяца встретиться вновь. Ничего не решено, потому что «профессиональные украинцы» хотят и дальше получать выгоду от разделения России и Украины. И расставаться со своей мечтой они не спешат.

Михаил ПОГРЕБИНСКИЙ, директор Киевского центра политических исследований:

- Стал. Но меня волнует не просто мир. А реинтеграция Донбасса в Украину путем Минских договоренностей. Этого не произошло. Вариантов этого исключить нельзя. Но, увы, позиция Зеленского по ключевым вопросам не отличается от позиции Порошенко. Он активно говорит: «Дайте нам границу, а потом будут выборы». Что это значит? Придет нацгвардия и зачистит Донбасс. Начнутся репрессии. А это значит, что Россия кинула Донбасс. Москва так не поступит.

Вы тоже можете дать свой ответ на «Вопрос дня» на нашем сайте - самый интересный мы опубликуем в «Комсомолке».

Главные темы дня и другие новости

ЧИТАЙТЕ НА САЙТЕ **KP.RU** СЛУШАЙТЕ НА РАДИО Телефон 8-800-200-97-02 (звонок бесплатный!) 107,2 FM

За последние сутки наш сайт посетили 5 миллионов 198 тысяч человек

ОБМЕННЫЙ КУРС НЕФТЬ

Доллар США	Евро	\$ за баррель
\$ 63,57	€ 70,38	\$ 64,27
- 14 коп.	- 11 коп.	+ 0,63%

По данным Центробанка на момент установления курсов валют

Не стало Юрия Лужкова

Александр ГРИШИН

Легендарный экс-мэр Москвы скончался на 84-м году жизни.

Юрий Михайлович Лужков умер. Совершенно неожиданно. Всегда жизнерадостный, такой боровичок, никогда не лезший за словом в карман, всегда готовый отстаивать свою позицию по любому вопросу. Человек, которого много критиковали, но чьи заслуги не признать было невозможно. И для которого не существовало настолько безусловных авторитетов, что против них он не мог и слова вымолвить.

После указа Ельцина о назначении Лужкова мэром Москвы в 1992 году столичные изби-

ратели еще трижды выбирали его своим градоначальником с гигантским преимуществом перед конкурентами. До тех пор, пока пост мэра не перестал быть выборным.

Мэр Москвы - пост не просто столичный, а всероссийский, и потому немудрено, что Юрий Михайлович всегда и воспринимался, и был политиком федерального масштаба. И нельзя не отметить: среди всех так называемых демократов той поры Лужков был, наверное, самым большим государственным человеком. Он не дал проводить в столице приватизацию по-

гайдаровски-чубайсовски. А субботние объезды столицы им стали легендарными.

Да, все это проходило не без недостатков, и коррупционеры при Лужкове чувствовали себя достаточно вольготно, но еще вольготнее они чувствовали себя за пределами Москвы. Юрий Михайлович не был человеком без недостатков, но его общий позитивный настрой все это перевешивал. Он сделал много. И, возможно, в том числе благодаря этому уже при новом, не менее умелом руководителе столицы, Москва смогла расцвести еще больше.



Виктор ГУСЕЙНОВ/«КП» - Москва

После отставки Лужков сменил свою знаменитую кепку на фермерскую бейсболку. А кабинет - на поле и амбар.



Одно из последних интервью Юрия Лужкова - сегодня в эфире Радио «КП». Слушайте с 20.00 (мск)

СЕМЕЙНЫЙ АЛЬБОМ

Он любил самую богатую женщину России

Для Лужкова роль мужа была не менее важна, чем роль градоначальника. Он был, что называется, образцовым семьянином. Со своей первой супругой Юрий Михайлович прожил 30 лет, до ее смерти от тяжелой болезни. А выдержав трехлетний траур, Лужков второй раз обменялся кольцами - со своей бывшей коллегой по Мосгорисполкому **Еленой Батуриной**.

То был год 1991-й - ставший судьбоносным не только в истории нашей страны, но и молодоженов. Лужков триумфально вошел в мэрию, защитил «Белый дом» во время ГКЧП, а Батурина зарегистрировала фирму «Интеко», ставшую основой ее будущей бизнес-империи.

Изначально «Интеко» специализировалась на выпуске пластиковой посуды, позже стала крупным пластмассовым производством, а затем вошла в строительный бизнес - причем по полному циклу: от производства цемента до собственно возведения высоток и риэлторского бизнеса. Со временем Елена Батурина обзавелась гостиничным бизнесом в России и многих европейских странах, а также пакетами акций крупнейших компаний. На протяжении многих лет Батурина занимает первую строчку рейтинга Forbes самых богатых женщин России. По последним оценкам 2019 года, ее состояние составляло \$1,2 млрд.

В беседах с обозревателем «Комсомолки» **Александром Гамовым** Лужкову не раз приходилось отвечать на вопрос, как ему живется под одной крышей с самой богатой женщиной страны и кто у них главный.

- У нас большая патриархальная семья, - смеялся Лужков. - Брачного контракта нет, нас соединяют только чувства. Но когда жена дарит мне деньги, я говорю ей: «Спасибо!»

У Лужкова и Батуриной в браке родились две дочери - Елена и Ольга. Обе получили образование за границей и занимаются бизнесом.

Подготовил Алексей ИВАНОВ.



Анна САЛЫНСКАЯ/ТАСС

Юрий Михайлович любил входить в образ народного мэра. Да так, что уже не мог из него выйти...

■ ИЗ БИОГРАФИИ

Александр ГРИШИН

Почему этот человек стал символом эпохи.

ДЕТСТВО - В КОНОТОПЕ

Родившись в Москве, Юрий Лужков провел свое детство у бабушки в Конотопе и вернулся в столицу только после окончания 7-летней школы на Украине. В Москве он учился уже в старших классах и после школы, в 1953-м, поступил в Институт нефтегазовой промышленности имени Губкина (знаменитая «керосинка»). А в 1954-м в составе первого студотряда рванул на целину.

ИЗОБРЕТАТЕЛЬ

После института Лужков связал жизнь с химпромом. Прошел путь от младшего научного сотрудника до начальника Управления по науке и технике Минхимпрома СССР. Так что представление о нем как о «директоре овощной базы», усиленно распространявшееся его противниками, не имеют ничего

Характера на десятерых

общего с реальностью. Лужков был автором (и соавтором) более 100 патентов.

МЭР БЕЗ СТРАХА

Иногда возникало ощущение, что Лужков вообще ничего не боялся. Достаточно вспомнить, как он стоял перед депутатами Госдумы, оперев «руки в боки», и с трибуны издевательски громил их в ответ на угрозы отправить его в отставку: «Не вы меня выбирали, не вам меня и снимать!»

СЫН ПЛОТНИКА

В условиях наступившего капитализма Лужков организовал систему соцподдержки жителей столицы, и, наверное, память об отце - участнике Великой Отечественной, который тяжело раненным попал в плен, а потом снова воевал и дошел до Вены, сыграла свою роль. Сын плотника Юрий Лужков всего в жизни достиг сам, став одним из политических тяжеловесов в эпоху Ельцина.

ПОЛНЫЙ КАВАЛЕР

Примечательно, что свою последнюю награду - орден «За заслуги перед Отечеством» IV степени он воспринял как возвращение из «безвременья и опалы», в которую угодил, когда тогдашний президент **Дмитрий Медведев** отправил его в отставку с поста мэра Москвы в 2010-м с обидной формулировкой: «в связи с утратой доверия». В результате «возвращения» Лужков стал одним из 54 полных кавалеров этого ордена.

ОБРАЗЦОВЫЙ КОЛХОЗНИК

Впрочем, и в «безвременье» Лужков не сидел на печи. Занимался выращиванием гречки в Калининградской области, став одним из крупнейших сельхозпроизводителей в регионе и доказывая, что сельское хозяйство в России может и должно быть успешным.

КСТАТИ

Заслужил памятник в Севастополе

Дмитрий СТЕШИН

Бывает и так: человек никогда не был в церкви, а праведник. Управлял Москвой, но был при этом заступником Русского мира в Крыму и особенно - в Севастополе. Причем не получая за это никаких дивидендов от власти - государство в те годы даже не могло помыслить о том, что Россия опять начнет собирать свои земли. Наоборот, Лужкова сильно критиковали за своеволие.

С 1993 года зарплаты офицерам Черноморского флота с крейсера «Москва» выплачивались из бюджета Москвы. Через год сдался первый дом в Севастополе для семей военных моряков с «Москвы», его тоже построили на деньги столицы России. А потом построили еще несколько домов, садик и школу - целый микрорайон.

Потом Москва профинансировала строительство Черноморского филиала МГУ. И самое главное, понимая, что началась украинизация Крыма, Москва стала закупать для школ полуострова российские учебники. Крымские ветераны получали доплаты к пенсиям и ездили лечиться в Москву.

В 2008 году СБУ объявило мэра Москвы персоной нон-грата на Украине. Лужков даже комментировать это не стал. И от помощи не отказался, конечно. Что двигало человеком, у которого и так было все? Я вижу только одно объяснение - патриотизм, другого нет. И за это воздалось. Референдумом 2014-го. Потому, если где и ставить Лужкову памятник, называть его именем улицу, то не только в Москве, но и в Крыму, в Севастополе.

Ася КОЛОСОВА,
Александр РОГОЗА

Трое младенцев
стали инвалидами,
один умер.

Обвинение по статье «халатность» Марине Сармосян Савеловский районный суд предъявил 7 декабря. Буквально накануне она по собственному желанию уволилась с поста главврача родильного дома № 27 (при ГКБ имени Спасокукоцкого), который занимала с начала 2018 года. Ближайшие два месяца Марина Армаисовна проведет в СИЗО.

Почти год четыре семьи обивали пороги следователей и требовали разобраться. В итоге четыре уголовных дела объединили в одно. Ситуация похожа: роды, эпидуральная анестезия (убирает боль, но снижает родовую деятельность), слабая родовая деятельность и решение медиков о выдавливании плода из утробы. Итог: один ребенок мертв, трое - инвалиды. По данным следствия, главврач лично присутствовала на трех из четырех родов и сама отдавала команды подчиненным.

**РОДИЛАСЬ 3760,
А СПУСТЯ ГОД
ВСЕГО 4300**

Алина (имя ребенка изменено) появилась на свет 10 ноября 2018-го. Вес девочки при рождении - 3760, спустя год она не набрала даже кило.

- Когда мы ехали с мужем в роддом, мечтали, как через несколько часов будем обнимать

Арестованная главврач роддома:

Оставь этого в больнице, роди нового



Родители Сары тоже намерены подать заявление в СК. Их девочка появилась в роддоме № 27. И умерла через 7 месяцев.

наше счастье, - вспоминает Татьяна Уюсова. - Имея идеальные анализы и доношенную беременность, мы даже не могли себе представить, что через несколько часов начнется кошмар. Дальше были роды, уговоры на эпидуральную анестезию, передозировка - и понеслось. Окситоцин и куча ненужных вмешательств, выдавливание, рассечение, вакуум. На моих родах была главврач, и это она решала, что делать дальше, и отдавала команды. Вариант с кесаревым она даже не рассматривала. У дочки после этого выдавливания - отек мозга и клиническая смерть. Потом адреналин, много адреналина! Ее сердце забилося, и ее унесли в

реанимацию.

Диагнозы Алины с трудом помещаются на листе А4: от пораженной центральной нервной системы и ДЦП до хронических бронхитов и острых колитов.

Мама Алины одной из первых подала заявление в Следственный комитет.

- Когда после родов я пошла в свою женскую консультацию на осмотр, моя врач была в ужасе от того, что они натворили, и сказала, что их надо судить. Узнав об этом, Марина Сармосян стала ей угрожать. Когда мой ребенок умирал и мы ездили по всем реанимациям Москвы, она отслеживала все наши передвижения, знала диагнозы дочки и заставляла моего акушера Сусанну Паносян звонить мне и уговаривать отказаться от дочки. Все это подтверждено детализацией звонков. Совет у них был один. Цитирую: «Оставь этого в больнице, роди нового, теперь точно будет кесарево».

Ребенок еще одной пострадавшей женщины умер на 23-и сутки после рождения.

- Именно Сармосян приняла решение не делать кесарево при клинически узком тазе у пациентки и отсутствующей родовой деятельности. Со слов пострадавшей, главврач сказала: «Куда тебя резать, молодая еще», - сообщили «КП» собственные источники в следствии.

Пострадавшие женщины уверяют, что у доктора была фанатичная любовь именно к естественным родам.

У НЕЕ ДИПЛОМЫ И НАГРАДЫ

Сразу после ареста на защиту Марины Сармо-

сян встала ее дочка Тамара. «Мама работает акушером-гинекологом более 20 лет, она кандидат медицинских наук, отмечена многочисленными грамотами и дипломами», - пишет в соцсетях Тамара.

На одном из популярных сайтов она создала петицию с требованием освободить мать из-под ареста. За первые сутки ее подписали почти шесть тысяч человек. В соцсетях доктора активно поддерживают ее коллеги со всей страны, а еще родители малышей, которым она помогла повиться на свет. Они запустили флешмоб с хештегом «мой врач Сармосян».

«Родила у нее двоих в 2015 и 2018-м. Она аку-



По решению суда Марина Сармосян должна оставаться в СИЗО как минимум до 6 февраля 2020 года.

шер от бога. Роды естественные, все прошло легко и быстро. Она прекрасная специалист», - написала комментарий одна из пациенток.

И таких отзывов уже более двух сотен. Но, по мнению юристов, к делу их не пришьешь.

- Наличие грамот, научных званий и положительных отзывов не повлияет на ход следствия. В данной ситуации речь идет о смерти пациента и причинении тяжкого вреда здоровью трех других, - прокомментировал адвокат Максим Власов.

Защитники Марины Сармосян уже обжаловали решение суда об аресте.

ВОПРОС - РЕБРОМ

Арест - адекватная мера пресечения?

Максим ВЛАСОВ, подполковник юстиции, адвокат:
- Арест в качестве меры пресечения по статье «халатность» избирается крайне редко. В этом случае, скорее всего, роль сыграл тот факт, что расследование уголовного дела находится на личном контроле **руководителя Следственного комитета Александра Бастрыкина**. Хорошо известно его ревностное отношение к медицинским делам. Кроме того, шумиха в СМИ подлила масла в огонь. Все это очень похоже на показательную трепку. И студенту юрфака понятно, что, будучи под домашним арестом, к примеру, врач не сможет навредить пациентам. Да и повлиять на коллег или подделать документы после увольнения она тоже не сможет.

КСТАТИ

Эпизодов будет больше

Как удалось выяснить «КП», после того как история получила огласку в СМИ, с заявлениями в органы порядка обратились еще пять женщин. Сейчас их случаи изучают следователи. «Комсомолка» следит за ходом расследования.

■ ШОК!

Больной подросток несколько дней умирал рядом с трупом матери

Екатерина АРДАШЕВА,
Оксана МЫМРИНА,
Анастасия ЗАХАРОВА,
Дарья ПОРСЕВА
(«КП» - Ижевск)

Страдающий ДЦП мальчик погиб от переохлаждения.

Эта трагедия произошла в городе Можга (Удмуртия) - погибли 51-летняя Анастасия Петрова и ее 13-летний сын Илья (имена и фамилия изменены). Сначала стало плохо хозяйке квартиры - она скончалась, так и не успев вызвать помощь. А больной тяжелой формой ДЦП подросток несколько дней провел рядом с телом

матери, пока не умер сам. Предварительная причина его смерти - переохлаждение. Вероятно, Илья включил на кухне воду, но не смог ее выключить и упал на пол, а самостоятельно подняться уже не смог. Вода полилась на пол и залила пол кухни, где лежал ребенок. Соседи ничего не заметили - квартира Петровых расположена на первом этаже.

Илья был прикован к инвалидному креслу, он даже не разговаривал и не мог позвать на помощь. Мать с сыном жили вдвоем. В школу подросток не ходил - учителя занимались с ним на дому.

В последний раз Петровых видели живыми 30 ноября. Оставшись один, Илья кричал, но на

крики больного ребенка соседи по лестничной площадке не реагировали - к ним тут привыкли...

Неладное заподозрили лишь 3 декабря, когда в дом пришел соцработник, который не смог достучаться до Петровых. На следующий день попасть в квартиру не смог уже педагог из школы. Только тогда к делу подключили оперативников. Но и полиция проявила необъяснимую нерасторопность - дверь вскрыли только 6 декабря. А все это время мальчик лежал на полу и ждал помощи...

Как соцзащита и педагоги проморгали эту семью? Почему никто в полиции не подумал, что действовать надо быстро, когда речь идет о жизни ре-



Погибшие жили на первом этаже этого дома, но с соседями общались редко, жили затворниками.

Екатерина АРДАШЕВА

бенка?! Увы, ответов на многие вопросы сейчас нет. Следственный комитет России по Удмуртии обещает дать оценку действиям должностных лиц органов системы здравоохра-

нения, образования и социальной защиты населения.

В коррекционной школе № 7 города Можга, к которой был прикреплен мальчик, от комментариев отказываются.

Истории других потерпевших - на сайте

Это произошло 25 лет тому назад, 11 декабря 1994-го. Что к этому привело и могло ли все пойти по-другому? Об этом «КП» рассказали люди, руководившие в то время войсками и спецслужбами страны.

Первая чеченская война с ошибок и кончилась

Александр ГРИШИН,
Александр ГАМОВ,
Иван ПАНКИН

1 ЭТО БЫЛ ГЕНОЦИД
Анатолий КУЛИКОВ,
в 1992 - 1995 гг. командующий
Внутренними войсками МВД
РФ:

- После 91-го года в Чечне начался разгул преступности. Русских начали грабить, забирать дома и выгонять. Давали машину и оплачивали только перевозку вещей до границы Чечни. Дальше вываливали, и делай что хочешь.

Я послал в 1993 году группу документирования, которая беседовала с людьми, изгнанными оттуда. Девочка 13-летняя из станицы Слепцовская рассказывала, как ее насильничали 15 бандитов. Такой режим похож на государство? Только на бандитское.

А с 1994-го 25-го числа каждого месяца они стали захватывать в городах Северного Кавказа заложников. Терпеть это было невозможно.

И в июле в кабинет Шахрая, он тогда был вице-премьером, были приглашены генералы, и нам прямо сказали, что решение руководства страны - готовить операцию по наведению порядка в республике.

Сергей СТЕПАШИН, в 1994 - 1995 гг. директор ФСБ:

- Первая чеченская началась еще в 91-м. Когда к власти в Грозном пришли новые люди. Они выкинули руководство Чечено-Ингушетии из республики, некоторых просто поубивали, сбросив с верхних этажей. Ельцин еще 7 ноября 1991-го, как президент РСФСР, подписал указ о введении чрезвычайного положения в Чечне. Еще при



Задержанные чеченские боевики. Этот снимок фотожурнала «Комсомолки» Владимира Веленгурина получил первое место на выставке World Press Photo в 2001 году.

СССР. Но МВД тогда еще подчинялось Горбачеву. Поэтому никаких действий не было. Указ отменили. А после этого пошли грабежи, захваты. В результате если в Грозном до 1991-го было 80% русского населения, до 600 тысяч человек, то к 1994-му осталось 150 тысяч. Людей просто изгоняли, это был геноцид.

2 БОЙЦОВ СОБИРАЛИ ПО СУСЕКАМ

Анатолий КУЛИКОВ:

- Армия не была готова воевать. Прибывали из разных округов сводные батальоны, даже экипажи кораблей Тихоокеанского, Балтийского флотов. А Дудаев с 91-го по 94-й уже создал хорошие силы. Захватил 50 танков, у него даже установки ракетные были, самолеты. Он вытащил

профессионального артиллериста Аслана Масхадова, который был начальником ракетных войск и артиллерии в Прибалтике. Он его сделал начальником штаба. И уже в ходе боев в Грозном Масхадов слушал радиозфир, вмешивался, давал ложные цели, и наши ребята гибли от огня своих же.

3 РОКОВОЙ ШТУРМ: ТАНКИ ПОЖГЛИ, РЕБЯТ РАССТРЕЛЯЛИ...

Анатолий КУЛИКОВ:

- Штурм Грозного начался в ночь. Авиация ночью не применяется. Спланировано было все правильно. Создаются мелкие подразделения, танк прикрывается пехотой, захватывается примыкающее здание, чтобы не пожгли танки. Но когда начали операцию, командир Майкопской брига-

ды доложил: у меня свободная дорога, могу до вокзала пройти. Ну, давай захватывай. Он и захватил вокзал, но не занял дома высотные на подступах. А тут Новый год, салют, эйфория у бойцов. И внезапное нападение со всех сторон...

Сергей СТЕПАШИН:

- До 30 декабря потери были 7 человек с обеих сторон. И если бы не штурм Грозного, обошлись бы малой кровью. Ельцин нас собрал 29 декабря. Мы приехали - я, Николай (глава Погранслужбы), Ерин (глава МВД), Грачев (министр обороны). Грачев сказал: «Мы дождем». И мы улетели в Моздок. Утром 30 декабря мне в Моздок из Москвы звонит Ельцин: «Где Грачев?» А мы его с Ериным проводили в Москву, у трапа руку пожали. Они сказали, что их вызвали. А тут Ельцин. Я говорю: «Как где Грачев? У вас в Москве». Он: «Ничего вы не знаете, какое вы КГБ?» Я вызываю начальника военной контрразведки. И он признался: «Они никуда не улетели. Самолет отогнали. И решили немедленно штурмовать Грозный». Они не хотели, чтоб я знал? Наверное, потому что я был против штурма. Грозный танками брать - сумасшествие. И 31-го вошли. И пожгли наши танки. Расстрел наших ребят на вокзале. Ну а затем уже начали бомбить центр Грозного. Кстати, там были русские дома в основном.

4 ЗАЧИСТИЛИ 98% БОЕВИКОВ, И ВДРУГ БАСАЕВ В БУДЕННОВСКЕ

Анатолий КУЛИКОВ:

- К 15 мая 1995-го вся республика была под нашим кон-

тролем. Что надо было делать? Мы это просили у Ельцина - всем, у кого разрушены дома, пособие давать. У вас разбит сарай - 2000 рублей получи, распишись. А получилось - военные то дом при штурме разрушили, то корову застрелили. А местные говорят: да вы ж такие, как и дудаевцы, бандиты.

Сергей СТЕПАШИН:

- К 21 января Грозный был полностью зачищен. А к лету 1995-го 98% территории Чечни было под контролем федералов. 2 мая я приехал в Гудермес на электричке с пятью охранниками. Там Радуев в это время болтался. Но узнав, что мы приехали, сделал ноги. В Ведено Куликов уже вывесил российский флаг. Наши были в Шатое, в Шали... А дальше случился Буденновск. И история начала поворачивать назад. Тогда, как мне говорил Масхадов: «Нас осталось человек 17 - 20, сидели в вагончике и уже поняли, что нам кирдык». А тут - Басаев. Он ведь шел не больницу Буденновска захватывать, а в Минводы - захватить самолет и лететь бомбить Кремль. Если бы не предательство двойное, когда его пропустили сначала туда, а потом назад, война бы закончилась летом 1995-го.

5 ПРЕДАТЕЛЬСТВО И ГЕРОИЗМ

Анатолий КУЛИКОВ:

- С 15 мая мы начали операцию в горах Чечни. И когда вошла 15-тысячная группировка туда по ущельям, вдруг я получаю телеграмму начальника Генштаба: авиацию не применять. Приказ президента. А уже артиллерия не в состоянии поддерживать нашу группировку в ущельях, только авиация может. И мы получили радиоперехват - полевой командир докладывает Масхадову, что не выдержит, его бьют. А Масхадов ему: продержись до нуля часов, я договорился обо всем. Ко мне приходит командующий фронтовой авиацией Антошкин: извините, но я применять авиацию не буду. Представляете? Мы подставляем под удар 15-тысячную группировку. Нахожу Черномырдина, объясняю, он говорит: применяй. Я говорю: как применяй, если приказ Генштаба и президента - не применять? Уже около часа ночи мне звонят: президент отменил свое решение - применяйте. Мне потом Масхадов рассказывал, что распоряжения авиацию не приме-



Чеченцы празднуют победу после провала штурма Грозного. Позади - все, что осталось от Дома правительства республики.

началась позором

нять представитель Дудаева в Москве добился...

Сергей СТЕПАШИН:

- Меня всегда дико возмущало, когда наши журналисты так от души нас поливали грязью и поддерживали этих чеченских Робин Гудов. Я вспоминаю свою беседу с **Леной Масюк** до того, как она попала к этим бандитам в плен, и после. Неужели, для того чтобы понять, с чем мы столкнулись, надо было все испытать на себе?

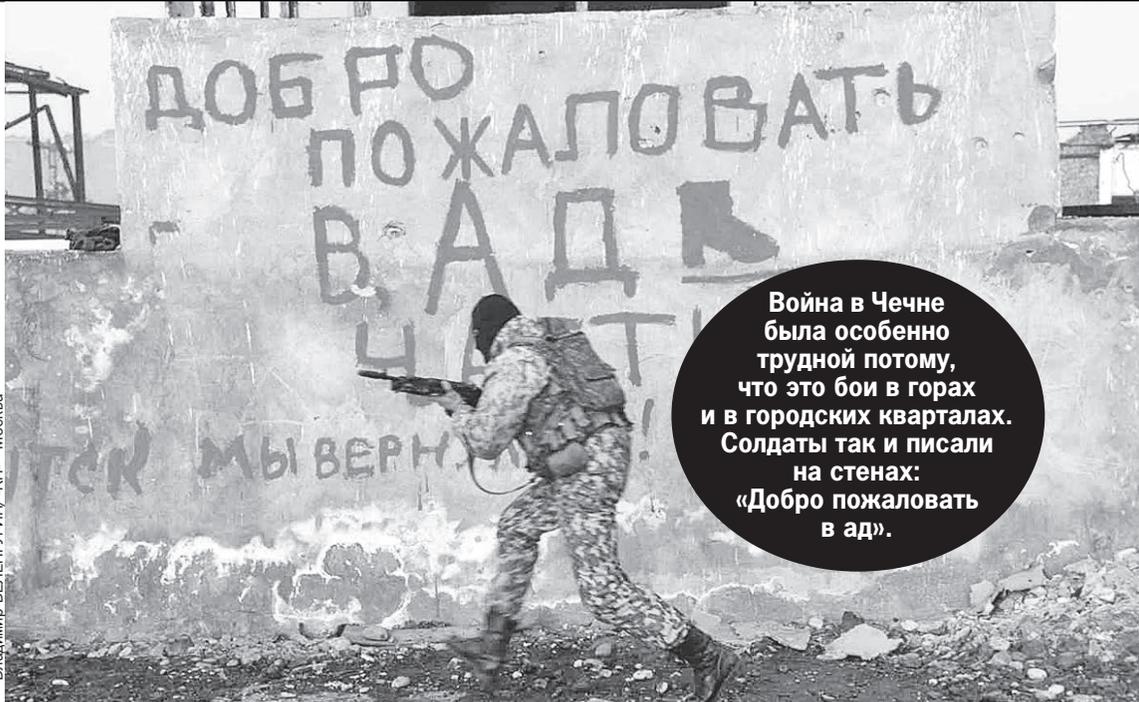
6 ПОЗОРНЫЙ МИР: МАСХАДОВ УМОЛЯЛ НЕ УХОДИТЬ

Анатолий КУЛИКОВ:

- ОБСЕ настойчиво прислала встречи Ельцину с лидерами Чечни - **Яндарбиевым**, Масхадовым и **Закаевым**. 31 мая

1996-го Ельцин дал добро. Их принимали в Кремле... А потом произошло следующее. В Чечню, поверив Масхадову, вновь доставили тысячи единиц стрелкового оружия нашего. Он доложил Москве: мол, мы уже хорошие, нам нужно оружие, чтобы бороться с бандитами в горах. И ему дали.

Я предлагал Ельцину оставить по Сунженскому хребту наши гарнизоны. Но вмешался **Березовский**, который уже был замсекретаря Совбеза, и подсунил Ельцину указ о выводе войск. Кстати, мне Масхадов говорил: вот если вы сейчас уйдете (а он умолял нас не уходить), мы передеремся между собой. И опять начнется война. Так оно и произошло.



Война в Чечне была особенно трудной потому, что это бои в горах и в городских кварталах. Солдаты так и писали на стенах: «Добро пожаловать в ад».

Сергей СТЕПАШИН:

- Война закончилась предательством. Наступили выборы (Президента России в 1996-м. - Ред.). С чем на них идти? Хватит, наводились.

Это был позор. Помните, кто премьером стал у президента Масхадова? Басаев. Это что? **Лебедь** (в то

время секретарь Совбеза РФ. - Ред.) взял на себя ответственность подписать позорный хасавюртовский мир, особо не согласуя его ни с кем. Это политические были амбиции. Типа кто закончит войну в Чечне, тот будущий Президент России. Мы оставили свои по-

зиции. Но проблема была не решена.

* * *

А потом, в 1999-м, был рейд боевиков в Дагестан. И вторая чеченская. Это была совсем другая война. Ее вели уже иначе. И закончили не так, как первую. Но это уже совсем другая история.

ЛИЧНЫЙ ВЗГЛЯД

Фотокор «Комсомольской правды» Владимир ВЕЛЕНГУРИН прошел всю чеченскую кампанию. Более 30 командировок на войну, километры отснятых пленок. На них хроника тех жутких времен.

ПЕРВЫЕ ЖЕРТВЫ

Первые же дни войны повергли всех в жуткий шок, потому что начали умирать люди. Мне удалось попасть на военную базу в Моздок. Один за другим садилась самолеты, откуда выгру-

Это было страшное время

жалась бронетехника, солдаты...

Ночью в Моздок прилетели первые вертолеты с грузом 200... Из военного госпиталя меня начали прогонять. «Уходите немедленно!» - кричал главврач, чтобы все слышали. И жестами показывал, где операционная. Так негласно, рискуя, он разрешил мне съемку. Он думал, как и я, что эти страшные снимки смогут отрезвить политиков...

САИД

В каждом поселке был блокпост, на котором досматривали проезжающих. В суматохе они переходили из рук в руки. Утром тебя досматривают федералы, а вечером на этом же посту боевики. Они любили, когда их фотографировали, и говорили: пишите правду.

На одном из блокпостов в январе 95-го я делал снимки боевиков. С одним из них - Саидом даже подружился. И тут крепкие ребята, взяв меня под руки, затолкали в машину. Я успел крикнуть Саиду, что меня увозят. Привезли в штаб. Привели старичка. Он сказал, что видел меня в форме капитана с усами. И я никак не мог оправдаться, почему у меня нет усов.

Саид меня спас. Он приехал в штаб и поклялся, что знает меня несколько дней.

С Саидом мы встретились позже в Грозном. Он уже был не боевиком, а бойцом чеченских войск на стороне федералов. Но ночью Саид выходил на охоту. И обстреливал наши блокпосты.

МИША

В Грозном самый большой удар на себя приняло русское население, которому просто некуда было бежать. Чеченцы уезжали в села к родственникам. Воды в городе не было. Жители

тянулись к местному пруду с ведрами. Неожиданно на низкой высоте с ревом пролетает штурмовик. Люди бросаются врассыпную. Хаос. У меня на шее фотоаппарат. Рядом останавливается машина. Водитель открывает двери и просит сделать снимок: «Смотри, что творят!» На заднем сиденье лежит мальчик с оторванными ногами... Фото 7-летнего мальчика из Грозного Миши Епифанцева «Комсомолка» не побоялась напечатать на первой полосе. О судьбе Миши узнали в Швеции. Там собрали деньги на его лечение и протезирование. Его семье даже купили квартиру в Тольятти, чтобы она уехала из разрушенного города. Родное государство помогло Мише только справкой «инвалид с детства». Это значит, он родился без ног.

ОКРУЖЕНИЕ

Покинув Грозный, боевики сосредоточились в селе Комсомольское. Их окружили. В ожесточенных боях здесь уничтожили до 1800 боевиков.

От домов уже ничего не осталось, только фундамент. Танк метров со ста расстреливал дома в низине села. Там еще были боевики. Мне, чтобы что-то снять, приходилось ползать на карачках по грязи. Кое-где лежали трупы. Некоторые



Грозный, февраль 1995-го. После бомбежки от центрбанка в Грозном остались одни руины. Старые советские деньги, хранящиеся в банке, пригодились для растопки продрогшим солдатам. Это был хороший способ согреться.

были раздавлены танками так, что нельзя было понять, где плоть, а где грязь.

Я чувствовал, что удачного снимка все еще нет. И залез на стреляющий танк. О страхе моментально забыл, когда начал снимать.

НЕУЛОВИМЫЙ ДУДАЕВ

В феврале 1996-го я шел по Грозному с фотоаппаратом. Подходит паренек: «Пресса? Сегодня Дудаев

встречается с журналистами». И называет село. Я еду. Аул. В обычном домике Дудаев и Закаев, расстелив на столе карту, рассказывали об обстановке.

Я спросил: «Почему Дудаев жив, если за ним охотятся все спецслужбы?» Дудаев ответил: «Хороший вопрос! Значит, это кому-то надо!»

Примерно через месяц его вычислили по спутниковому телефону и уничтожили самонаводящейся ракетой.



Миша Епифанцев, на войне ему оторвало ноги. Благодаря фото в «КП» о нем узнали во всем мире и собрали деньги на протезы и переезд из Чечни.



Еще больше фото и материалов о первой чеченской - на сайте



«Национальный вопрос» - мы говорим вслух о том, что обычно обсуждают шепотом на кухне. По средам в 13.00 (мск) на Радио «КП»

Ценит ли ваша компания сотрудников

Екатерина ВОВК

Как понять, достаточно ли заботится работодатель о своих подопечных.

Современный рынок труда представлен компаниями с совершенно разным отношением к своим сотрудникам. Многие организации каждый год повышают требования к работникам, сокращая социальные расходы. Предприятия, которые раньше были привлекательны за счет дополнительных бонусов для сотрудников, сейчас от этих бонусов массово отказываются. Не секрет, что во многих компаниях уже несколько лет не повышали зарплаты. Единицы работодателей предоставляют сотрудникам жилье - а раньше это было в порядке вещей на многих производствах.

Молодому специалисту, выпускнику вуза, которому предстоит сделать такой ответственный шаг, как выбор места работы, надо смотреть не только на зарплаты или громкое имя компании. Важнее всего то, как относится к сотрудникам работодатель. Кто вы для будущего руководства: рабочий материал или ценный кадр, о здоровье и благополучии которого надо заботиться?

Рассмотрим этот важный вопрос на примере одной из ведущих фармацевтических компаний в России, научно-производственной фирмы «Материя Медика Холдинг». Здесь занимаются разработкой и производством лекарств: противовирусных, противокашлевых, успокаивающих, гастроэнтерологических, а также препаратов для мужского здоровья. Компания согласилась рассказать «КП» о том, какой социальный пакет здесь предоставляют сотрудникам. Берем на заметку - и сравниваем.

Льготы и материальная помощь

«Материя Медика Холдинг» обеспечивает полное соблюдение трудового законодательства, помимо системы постоянного вознаграждения - заработной платы, которая ежегодно индексируется, в компании существует система премий по результатам работы, а также доплаты за высокую квалификацию и непрерывный стаж. Компания поддерживает своих сотрудников в различных жизненных обстоятельствах - на предприятии функционирует система льгот и материальной помощи.

Для персонала, чья работа связана с большим количеством переговоров, внешних совещаний и командировок, предоставляется корпоративный автомобиль, сим-карта и ноутбук.

Забота о быте и здоровье

В социальный пакет компании входит программа добровольного медицинского страхования, включающая широкий спектр медицинских услуг и стоматологию.

При занятиях спортом сотрудники получают компенсацию полови-



Как не ошибиться с выбором места работы? Прислушиваться к нашим советам!

ны стоимости годового абонемента в фитнес-клуб.

Филиал «Материя Медика Холдинг» находится в Челябинске. На этом фармацевтическом предприятии нет опасных для здоровья выбросов и полностью соблюдаются санитарно-гигиенические нормы охраны труда. Сейчас на заводе трудятся более 250 человек. Работают исследовательская и микробиологическая лаборатории, которые осуществляют контроль качества сырья и выпускаемой продукции на всех этапах производства. Компания обеспечивает работников производственных, исследовательских и технических подразделений необходимой служебной одеждой.

Сотрудники на заводе обеспечены полноценными обедами, которые ежедневно доставляют на предприятие.

Завод расположен в Ленинском районе города Челябинска и обладает хорошей транспортной доступностью, до предприятий ходят автобусы, трамваи и маршрутные такси. Но! Работников, которые заканчивают работу в вечернее время, домой доставляет служебный транспорт.

СПРАВКА «КП»

Компания «Материя Медика Холдинг» не раз была отмечена престижными премиями как один из лучших отечественных работодателей. В 2017 году компания была удостоена статуса «Лучший работодатель» AON Best Employers Study-2017». В 2018 году компания попала в число финалистов авторитетного конкурса «HR-Бренд». В 2019 году на юбилейном XX Саммите HR-Директоров России и СНГ представительное жюри выбрало фармкомпанию победителем в номинации «Система управления талантами», вручив «Материя Медика Холдинг» Гран-при за достижения в области управления человеческим капиталом.

Возможность карьерного роста

Важно, чтобы работодатель обучал и давал возможность трудиться на современном оборудовании - и по современным системам. Дело, конечно, не только в ноутбуках.

К примеру, сырье и оборудование на предприятие «Материя Медика Холдинг» поставляют ведущие мировые производители. Все технологические и производственные процессы выстроены в соответствии с международными стандартами «GMP - Надлежащая производственная практика». Компания многократно успешно проходила проверки как российских, так и европейских инспекций. Это позволяет сотрудникам быть конкурентоспособными на общеевропейском уровне.

В компании также существуют специальные проекты и программы по работе с молодежью, открыты возможности для обучения и построения профессиональной карьеры.

В «Материя Медика Холдинг» для новых сотрудников работает программа адаптации, направленная на максимально быстрое и эффективное вхождение в должность.

Поддержка научных достижений

Большое внимание «Материя Медика Холдинг» уделяет постоянному профессиональному обучению и совершенствованию своих сотрудников. Работники предприятия регулярно проходят профессиональные тренинги, которые помогают расширить свои знания и способствуют карьерному развитию.

Сотрудники компании имеют возможность повышать свою квалификацию по профильным спе-

ВАЖНО

Выбирай место смолоду

- Выбор своей профессии и будущего места работы стоит начинать еще во время обучения в вузе: участие в молодежных профессиональных проектах, практиках и стажировках дает понимание, какие обязанности нужно выполнять на работе, что нужно знать и уметь, чтобы работодатель выбрал именно вас среди других кандидатов, - советуют эксперты «Материя Медика Холдинг». - Будьте активными, стремитесь к новым знаниям на пути к цели, и вас ждет успех!

циальностям в ведущих российских и международных учебных заведениях. «Материя Медика Холдинг» организует участие работников профессиональных конференций и способствует публикации результатов их исследований в ведущих профильных изданиях.

Ряд молодых специалистов подготовили и защитили кандидатские диссертации при экспертной и методической поддержке опытных сотрудников компании. Кстати, хорошим стимулом для научных достижений является премия, которая ежемесячно выплачивается работникам с ученой степенью кандидата и доктора наук, рассказали в компании. Кроме того, опытным сотрудникам, работающим в компании, предоставляются условия для активного взаимодействия с профессиональным сообществом. Наши специалисты преподают в ведущих профильных вузах, передают свои знания молодым специалистам и повышают заинтересованность выпускников строить карьеру в наукоемких областях промышленности.



Вице-мэр Калининграда:

Завидую Минску - там на тротуарах можно и велосипедистов разместить, и мам с колясками

Иван МАРКОВ

Главный городской дорожник Олег Кутин рассказал, какие изменения калининградские власти готовят на следующий год.

Во вторник после оперативного совещания председателю комитета развития дорожно-транспортной инфраструктуры мэрии Олегу Кутину задали сразу несколько вопросов по велосипедной инфраструктуре. В частности, журналисты поинтересовались, почему городские власти не предусмотрели строительство велодорожек на улице Киевской, о сдаче первой очереди которой объявили две недели назад.

- Я сам каждое утро был свидетелем того, что велосипедисты на грани фола всегда едут по этому тротуару, - ответил Кутин, после чего на секунду задумался. - Давайте мы сейчас сделаем оба тротуара и посмотрим возможности их ширины. Может быть, на какой-то из сторон мы предусмотрим велодорожку. На сегодняшний день у нас один действующий тротуар, на котором очень интенсивное пешеходное движение.

Также Кутин спросили, возможно ли за те средства,

Иван МАРКОВ



Пока калининградским велосипедистам приходится довольствоваться потрескавшимися тротуарами.

которые выделяют по федеральной программе «Безопасные и качественные дороги», не только ремонтировать автомобильные части улиц, но и строить на них велодорожки.

- Эта программа видоизменяется, что нас радует, - ответил главный городской дорожник. - Первоначально можно было только менять покрытие, но на сегодняшний день Росавтодор, по обращению многих регионов, и нашего в том числе, при-

нял решение об изменении этих требований. По этой программе мы теперь можем и ремонтировать тротуар, и делать освещение, думаю, что и велосипедные дорожки тоже, если будут позволять характеристики улиц в границах красных линий.

Кутин заметил, что в Калининграде есть и определенные проблемы с навигацией для велосипедистов - часто пешеходы перемешиваются с велосипедистами там, где по-

токи должны быть разделены. - С начала следующего года мы этим займемся. Разметка сейчас есть, но ее мало.

- Да ее нигде нет, - возразили журналисты.

- Коллеги, мы сейчас анализируем ситуацию, а в следующем году, когда у нас будут благоприятные погодные условия, мы этим займемся. Было бы хорошо выработать единый стандарт разметки, - ответил Кутин.

В заключение чиновник со-



Олег Кутин.

общил, что опыт улицы Флотской, где велосипедная полоса вынесена на проезжую часть, повторят на Комсомольской, где сейчас заканчивается ремонт.

- Мы с ГИБДД приняли решение, что попробуем сделать велодорожку на дорожном полотне, а не на тротуаре, - сообщил Кутин. - Посмотрим, как это будет работать. Вот я в Минске недавно был в командировке. Очень красивый город. Я там реально позавидовал ширине тротуаров. Там можно сделать велодорожку, самокатную дорожку, дорожку для мам с колясками и дорожку для пешеходов.

- И еще дом построить, - пошутили журналисты.

- Совершенно верно! - рассмеялся чиновник.

Новогоднее чудо в Калининграде: напишите письмо Деду Морозу и получите подарок!

«Комсомолка» объявляет сбор писем с вашими новогодними мечтами и обязуется выполнить 5 из них! Ваши пожелания мы будем принимать до 19 декабря. А уже 20 декабря объявим имена 5 счастливиц, желания которых Дед Мороз с помощью «Комсомолки» осуществит под Новый год!

Для того чтобы оказаться среди участников нашей праздничной акции, необходимо всего лишь заполнить предлагаемую форму на сайте kp.ru на странице акции kaliningrad.kp.ru/best/kld/dedmoroz

«Комсомолка»
объявляет
старт волшебной
праздничной
акции



«Исторический» ремонт в Железнодорожном:

Рабочие завершают восстановление декора

Николай ЛИТВИНОВ

Все основные виды работ успели выполнить до наступления минусовых температур.

В этом году Железнодорожный переживает, пожалуй, самый масштабный ремонт в своей истории. В порядок приводят находящиеся в зоне исторической застройки 33 многоквартирных дома общей площадью более 7,8 тыс. кв. м, где проживают более 230 человек. Четыре здания являются объектами культурного наследия. На капитальный ремонт домов выделили 183,73 миллиона рублей.

Как сообщили в пресс-службе правительства, все основные виды работ успели завершить до наступления минусовых температур. Нанесение штукатурного слоя выполнено различными техниками, что делает каждый дом непохожим друг на друга. Особым образом подошли и к выбору черепицы, выполненной по индивидуальному заказу. Одна из задач - сохранить первичный вид домов. Оригинальный архитектурный облик объектов подчеркивают с помощью

керамики, осветительных приборов, восстановления аутентичных дверей.

С некоторых домов уже снимают строительные леса. На остальных подрядчики завершают восстановление декоративных элементов.

Ход капитального ремонта вчера проконтролировал министр строительства и ЖКХ области Сергей Черномаз. Он осмотрел все объекты и побеседовал с жителями и руководством администрации Железнодорожного.

- Предусмотрена газификация поселка и реконструкция сетей водоснабжения. В следующем году будут ремонтировать тротуары и дороги, центральная площадь, - рассказал Сергей Черномаз. - Также в наших планах перенести воздушные коммуникации с вертикальных опор в подземные линейно-кабельные сооружения, обеспечивая надежное энергоснабжение. Договоренности по переносу сетей также достигнуты с операторами связи и энергоснабжающими предприятиями. Это значительно улучшит облик фасадов и улиц. Поселок Железнодорожный с точки зрения сохранения исторической аутентичности и атмосферы особо привлекателен для туристов.



Ремонт затронул 33 дома в историческом центре.



С некоторых зданий уже сняли строительные леса.

■ СТОП, СНЯТО!

Минкульт посмотрел фильмы, снятые в Калининграде

Николай ЛИТВИНОВ

Теперь предстоит решить, кто из киношников получит помощь из бюджета.

Заседание кинокомиссии состоялось в Историко-художественном музее. В состав «жюри» вошли министр культуры и туризму Андрей Ермак, депутаты Областной думы, сотрудники «Фестивальной дирекции» и представительства правительства Калининградской области при Правительстве РФ.

В презентационной части кинопроизводители показали восемь проектов, съем-

ки которых проходили на территории региона в этом году. Это художественный фильм «Цой», драма «По законам военного времени-4», приключенческий детектив «Дайвер», многосерийный фильм «Морские дьяволы. Особое задание», военная мелодрама «Андреевский флаг», детский фильм «Золотая дюна», драма «В клетке», детектив «Преступление-2». Все они претендуют на рибейты - возмещение части затрат на съемки из областного бюджета.

Андрей Ермак отметил, что благодаря механизму рибейтов кинопроизводство на территории Калининградской области активно развивается.

- Тех денег, а это 40 миллионов рублей, которые предусмотрены на возмещение затрат кинопроизводителям в этом году, достаточно, чтобы удовлетворить все заявки, - сказал министр. - У нас задача отобрать лучших. По-моему мнению, проект, связанный с рибейтами, очень удачный. На территории региона уже работает несколько компаний, которые специализируются на киноиндустрии. От года к году растет количество проектов, что хорошо сказывается на развитии бизнеса, в том числе туристического.

Какие именно фильмы получат поддержку, станет известно чуть позже.

КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА

Всероссийская декада подписки на I полугодие 2020 года



Последние дни скидок!*

Индекс	Издание	Цена подписки на 1 МЕСЯЦ
14672	Еженедельник с ТВ-программой. Выходит 1 раз в неделю	138 руб. 77 коп.
14673	Ежедневная газета. Выходит 4 раза в неделю	296 руб. 18 коп.
14671	Ежедневная газета + Еженедельник с ТВ-программой (Комплект).	411 руб. 64 коп.

2 - 12 декабря

* на подписку на I полугодие 2020 г.

Подписаться можно:

- ✓ во всех почтовых отделениях Калининградской области;
- ✓ в городском информационном центре на ул. Рокоссовского, 16/18

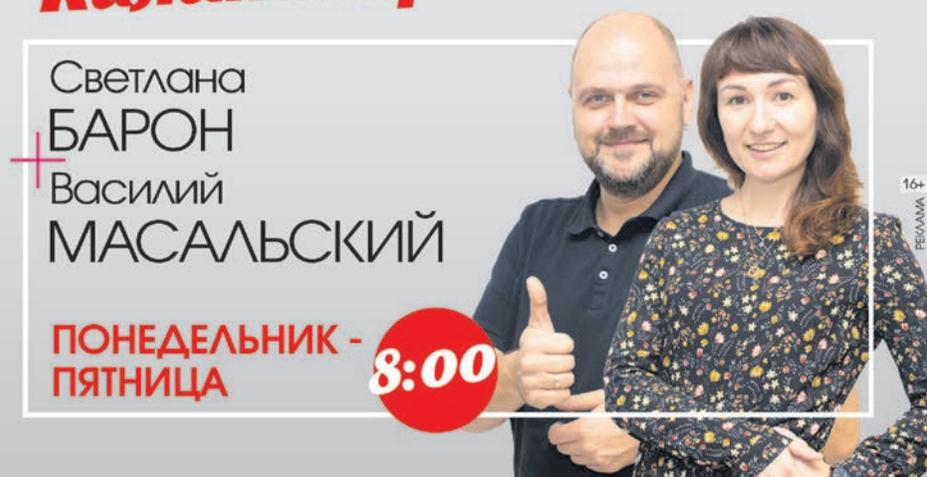
Остались вопросы? Звоните (4012) 310 322, 530 500

Говорит Калининград



Светлана БАРОН
Василий МАСАЛЬСКИЙ

ПОНЕДЕЛЬНИК - ПЯТНИЦА 8:00



Пресс-служба правительства

Пресс-служба правительства

РЕДАКЦИЯ

Гречка по 39 рублей и пропавшая кепка:

Чем Юрий Лужков запомнится калининградцам

Михаил ЯНОВСКИЙ,
Иван МАРКОВ,
Алексей ДЕНИСЕНКОВ

Последние годы экс-мэр столицы жил на востоке Калининградской области и без усталости принимался за громкие проекты.

Последние несколько лет для жителей Калининградской области Юрий Лужков был земляком. В 2013-м, через два года после ухода с поста мэра столицы, Лужков выкупил частный конный завод «Веедерн», расположенный в Озерском районе. Бывший градоначальник нанял около сотни работников себе в помощь и с головой ушел в сельское хозяйство. Впрочем, запомнится Юрий Михайлович не только аграрными проектами.

РЫНОК, ЖИЛЬЕ, ДЕЛОВОЙ ЦЕНТР

В августе 2002 года Лужков приезжал в Калининград на закладку первого дома на улице Артиллерийской, предназначенного для уволенных в запас военнослужащих. Семь лет спустя Юрий Михайлович прилетел уже на вручение ключей новоселам. Правительство Москвы выделило на это строительство 300 миллионов рублей.

В 2006 году во время очередного визита в Калининград Лужков и тогдашний губернатор **Георгий Боос** открыли памятный знак в честь начала строительства на улице Сергеева культурно-делового центра «Москва».

А вот «Московский» рынок на улице Дзержинского прямого отношения к Лужкову практически не имеет. Долгое время ходили слухи, что столичный мэр купил землю, на которой стоит рынок, и вообще весь комплекс зданий и павильонов якобы принадлежит ему. Но все участие Юрия Михайловича огра-



Юрий Михалыч большую часть времени проводил в своих калининградских владениях.



Первый день продажи «лужковской» гречки на ярмарке возле Дома Советов. 2015 год.

ничилось закладкой камня в строительстве первой очереди. Позже на рынке появилась фирменная торговая точка, где до сих пор продаются продукты с лужковского хозяйства.

ПРОПАЖА НА ЮБИЛЕЕ

В 2005 году Лужков в статусе мэра Москвы приехал на 750-летие Кёнигсберга-Калининграда. И, как рассказывали «Комсомолке», потерял свою знаменитую кепку! Либо оставил головной убор в самолете, либо украли. Кепку так и не нашли. А ведь такие штучкины чрезвычайно дороги. В 2003 году одна кепка Юрия Михайловича ушла с аукциона за 15 тысяч долларов.

В Калининграде Лужкову, конечно, подогнали другую - брезентовую. Тем не менее Лужков был неоднократно замечен за нервным почесыванием головы.

ГРЕЧКА, ГРИБЫ, СЫР...

В августе 2015 года в продажу в Калининграде поступила первая гречка от Лужкова. Впрочем, назвали продукт без лишнего пафоса - просто крупа гречневая «Калининградская». Стоила она всего 39 рублей за 800 грамм, что вызвало настоящий ажиотаж. Крупу сметали с прилавков, едва ее успевали разложить.

Справедливости ради - далеко не вся гречка в фирменных пакетах была собственно от Лужкова. Под брендом

«Калининградская» на самом деле продавалась продукция шести разных местных производителей. Дело в том, что только в хозяйстве Лужкова было оборудование по переработке гречихи в гречку. Сюда свозили гречиху и от конкурентов, после чего в общей массе продукт шел на расфасовку и поступал в продажу под единой торговой маркой. Во многом благодаря Лужкову начался гречичный бум - посевная площадь под этой культурой выросла в 3-4 раза. Калининградская область стала единственным регионом Северо-Западного федерального округа, выращивающим гречиху в промышленных масштабах.

В 2017 году прогремели новые проекты. Юрий Михалыч занялся производством грибов-вешенок. Надо сказать, грибы в Калининградской области выращивали и до него, правда, пока никто не догадался готовить для них грунт. В общем, и тут отставной столичный градоначальник стал первооткрывателем, запустив полный цикл производства.

В том же 2017-м Лужков приступил к выпуску сыров и не скрывал планов вывести на рынок собственные моцареллу и пармезан. Хозяйство Юрия Михайловича также купило тысячу перепелов техасской и эстонской пород. В нынешнем году перепелиное мясо и яйца поступили в торговые сети. Кроме того, в поселке Суворовка, где расположено лужковское хозяйство, продолжают активно разводить лошадей ганноверской породы и овец романовской породы.

Соболезнования в связи с кончиной Юрия Лужкова вчера выразил губернатор Антон Алиханов.

«У нас с ним были большие планы, у него были интересные идеи в сельхозпереработке. Мы надеемся, что предприятие, которое он создал в Озерском городском округе, продолжит развитие. Его уход из жизни - это утрата не только для нашего региона, для всей страны. Искренне разделяю горе, постигшее семью», - говорится в обращении Антона Алиханова.



Помимо хлопот в полях, Лужков успевал восстанавливать усадьбу «Веедерн».



Своими планами Лужков часто делился с губернатором Антоном Алихановым, который приезжал в гости. В 2018 году, например, рассказывал о грибах и сыре.

Компания АВТОТОР:

Помогать - семейная традиция

Сергей БОГРОВ

Во время визита в Калининград Патриарх автопроизводитель передал Православной гимназии множество ценных и полезных подарков.

В воскресенье, 8 декабря, Святейший Патриарх Московский и всея Руси Кирилл совершил Божественную литургию в Кафедральном соборе Христа Спасителя в Калининграде. После службы он выступил с проповедью, в которой отметил необходимость сохранять духовную и культурную подлинность для воспитания последующих поколений россиян.

- Тот народ, который сохраняет единство, - это сильный народ, который действительно способен справиться с вызовами текущего времени, сохраняя самого себя, сохраняя свои святыни, сохраняя свои идеалы, - сказал Патриарх и отметил, что радуется тому, как православная церковь работает на калининградской земле. Развитие это становится возможным в том числе и благодаря благотворителям.

В храме во внимание к помощи Калининградской епархии и в связи с 70-летием со дня рождения Святейший Патриарх Кирилл вручил президенту Международного фонда частных инвестиций и основателю компании АВТОТОР Владимиру Щербакову орден Святого благоверного князя Даниила Московского II степени.

Патриарх Кирилл и Владимир Щербаков встретились и на следующий день в здании Православной гимназии Калининграда. Повод был радостный - передача подарков от АВТОТОР.

Для гимназии приобрели компьютеры, планшеты, квадрокоптеры, профессиональную технику для пресс-центра, печи и прочее оборудование и материалы для гончарной мастерской.

Отметим, благодаря усилиям основателя компании АВТОТОР Владимира Щербакова были построены два корпуса Православной гимназии в Калининграде. В возведение зданий, приобретение мебели и современного оборудования вложено около 400 млн рублей. Владимир Щербаков помогает детям из неполных семей, сиротам, которые учатся в Православной гимназии, - из собствен-



Патриарх Кирилл вручил основателю АВТОТОР Владимиру Щербакову орден Святого благоверного князя Даниила Московского II степени.



Подарки от АВТОТОР Сергей и Владимир Щербаковы вручили ребятам лично.

ных средств компенсирует им затраты на обучение.

Патриарх сердечно поблагодарил Владимира Щербакова и его коллег за поддержку Православной гимназии и обратился к собравшимся ученикам.

- Жаль, что я не могу встать среди вас и стать маленьким, и снова начать учиться! Когда мы учились, ничего подобного даже представить было невозможно. Разве что в фантастических рассказах. Сегодня же такой высокий уровень технического оснащения школы и учебного процесса, конечно, предполагает совсем другую отдачу с вашей стороны, - сказал детям Святейший и осмотрел компьютерную технику. Патриарх выразил большую надежду на то, что обучение гимназистов будет сопровождаться сохранением веры.

Как рассказал основатель АВТОТОР, учеников старших классов гимназии (от 5-го и выше) уже перевели на цифровую форму обучения.

- У каждого вместо кучи учебников есть теперь планшет, на котором ребята выполняют домашние задания. Они соединены с компьютером преподавателя, которые

мы тоже дарим, - сказал он.

В планах у АВТОТОР обеспечить планшетами и младшеклассников.

- Этот вопрос мы полностью решим к Рождеству. Таким образом, вся гимназия будет на безбумажной форме обучения. Решение приняли, а потом подумали - а как же дети научатся писать? Писать-то все равно надо. Теперь мы купим всем электронные карандаши, чтобы они могли писать в планшетах, - говорит Владимир Щербаков.

Компания АВТОТОР уделяет большое внимание социальным и просветительским проектам. Это целенаправленная политика компании, которая выросла из личной инициативы основателя.

Он отметил, что компания АВТОТОР, как резидент Особой экономической зоны, освобождена от ряда налогов.

- В этом году мы заплатили 120 миллиардов рублей налогов и сборов. Часть из них нам вернули в виде субсидий. Но от части налогов, особен-

но в местный бюджет, мы освобождены. Решено эту часть тратить на социальные дела - стараемся делать что-то, что дает дополнительную краску Калининграду и области.

Социальные проекты и помощь православной церкви в Калининграде главный акционер АВТОТОР Сергей Щербаков называет доброй семейной традицией.

- Это дело семейное, и своей инициативой я продолжаю начатое нашим основателем Владимиром Ивановичем. Мы продолжаем развивать Православную гимназию. Технологии непрерывно меняются, и мы надеемся, что доступ к ним, доступ к интернету позволит ученикам отличать плохое от хорошего и поможет развивать духовную связь, - сказал Сергей Щербаков.

Архиепископ Калининградский и Балтийский Серафим отметил, что АВТОТОР и его руководство уделяют особое внимание образованию.

- Построив несколько корпусов замечательной Православной гимназии, Владимир Иванович продолжает ее

окармливать. Мы благодарим его и молимся о нем и его сыне Сергее Владимировиче, который продолжает его добрую работу и также занимается благотворительностью, - сказал владыка Серафим.

Поблагодарила Владимира Щербакова за помощь и директор Православной гимназии Нина Шевченко.

- Мы начинаем новые программы. Это и промышленный дизайн, и робототехника, связанная с экспериментами по физике. Запускаем школьный пресс-центр и открываем гончарную мастерскую, - говорит она. - Владимир Иванович всегда интересуется нашими делами и нуждами, узнает, о чем мы мечтаем. Он всегда с нами. Вместе мы отмечали 25-летие АВТОТОР: готовились, пели песни и радовались с ними. Мы счастливы, что нас окружают такие люди!

Кроме того, в гимназию поступит мягкая мебель для зоны отдыха в школьном кафе.

- Мы растем, за два года выросли на 52 процента. Сейчас в гимназии обучается 363 человека. Места в нашей трапезной уже не хватает, так что мы открываем в гимназии кафе-зону, - говорит директор и отмечает, что нынешние подарки уже не первые со стороны АВТОТОР и Владимира Щербакова. Ранее он открыл в гимназии кабинет виртуальной реальности, где теперь проводят уроки физики, химии и биологии, а младшеклассники изучают окружающий мир. Гимназисты занимаются исследованиями и могут «погружаться» в подводный мир, космос и даже изучать строение клеток.



Предстоятель РПЦ сердечно поблагодарил семью Щербаковых и за поддержку гимназии с момента ее основания.

«Ждали ремонта с 1947 года»

Александр КАТЕРУША



По словам Андрея Кропоткина, претензий у жителей и управляющей компании нет.



Фасад стал выглядеть гораздо наряднее.

Александр КАТЕРУША

Александр КАТЕРУША

Работы завершились в доме №117-125 по улице Павлика Морозова.

Дом был в печальном состоянии. Пришлось навести красоту. Произвели ремонт фасада, подвала, отмостков, заменили окна в подъездах, сделали откосы, переложили фронтоны, укрепили, утеплили, - доложил **Роман Таркинский**, гендиректор компании-подрядчика.

Жильцы уже успели заглянуть в только что отремонтированные подвалы и остались довольны.

Шикарно отремонтировали. Еще когда папа жив был, мы в этом доме топили углем и его как

раз хранили в подвалах. А теперь - картошку, соленья, - рассказывает Татьяна Пашкевич, чья семья живет в доме с 1947 года. Фасад довоенного здания теперь яркий, а главное - ровный. Обвалившаяся штукатурка и оголенный кирпич остались лишь в воспоминаниях.

Получилось красиво, и мы строителям очень благодарны. Да и ребята хорошие попались - что их ни попросишь, все делают! У нас дом с 1945 года не трогали. Теперь - красота! - восхищается Мария Шот.

Председатель горсовета **Андрей Кропоткин** тоже остался доволен.

Работы выполнены на 8 миллионов рублей. Претензий

у жителей и управляющей компании нет. В прошлом году на этом доме мы на 5,5 миллионов рублей отремонтировали крышу, - сказал он. - Есть замечания по поводу висящих проводов в подъездах. В Фонде капремонта обещали помочь.

В этом году завершены работы на 29 домах, жильцы которых выиграли суды.

Остаток у нас - 118 миллионов на 6 больших объектов. Все обязательства муниципалитет выполнит уже в 2020 году. Программу капремонта по судам мы закроем полностью. Почти 800 млн рублей на эти цели мы потратили за 5 лет, - сказал Андрей Кропоткин.

■ С ПРАЗДНИКОМ

Уважаемые жители Калининградской области!

12 декабря мы отмечаем одну из самых значительных государственных дат - День Конституции Российской Федерации. Двадцать шесть лет назад был принят нормативный правовой акт высшей юридической силы, определивший стратегию развития нашего Отечества, принципы формирования и укрепления гражданского общества на основе приверженности к ценностям истинной демократии.

Именно Конституция стала ключевым фактором жизнеспособности современной России как мощного, суверенного, социально ориентированного государства.

В нашей стране каждому предоставлены широкие возможности для самореализации, максимального раскрытия личностного потенциала, профессионального и творческого роста и, конечно же, проявления гражданской инициативы. Благодаря Основному закону мы, люди самых разных вероис-



Пресс-служба областной думы

споведаний и национальностей, сегодня живем в мире и согласии, с гордостью называя себя россиянами.

В янтарном крае России знают и чтут Конституцию. Неукоснительно следуя ее нормам, мы уверенно движемся вперед по дороге прогресса - активно участвуем в социально-экономическом развитии Калининградской области.

Главная задача, эффективно решаемая органами власти в тесном сотрудничестве с институтами гражданского общества, - сделать наш общий дом еще более красивым и комфортным для проживания.

Дорогие друзья, искренне желаю вам крепкого здоровья, счастья, благополучия! Новых вам ярких свершений на благо региона и всей нашей великой державы!

С уважением
Председатель Калининградской областной думы
Марина ОРГЕЕВА.

■ УЧИТЕЛЬ БУДУЩЕГО

Надежда РЖЕВСКАЯ

Цель стартовавшего в России масштабного конкурса «Учитель будущего» - поиск, поддержка и продвижение команд учителей, которые умеют работать сообща и готовы применять современные практики в своей работе.

Запустила конкурс президентская платформа «Россия - страна возможностей» при поддержке Министерства просвещения России. А реализуется он в рамках федерального проекта «Социальные лифты для каждого», который в свою очередь является частью национального проекта «Образование».

Конкурс призван найти не просто талантливых учителей, но в первую очередь педагогов, умеющих работать сообща, понимающих, что эффект от совместной работы команды качественно превосходит эффект от работы отдельных людей, - рассказал «КП» **генеральный директор АНО «Россия - страна будущего» Алексей Комиссаров**. - Мы приглашаем к участию команды учителей школ, лицеев, гимназий, в том числе специализированных, учителей начальных классов, а также педагогов воспитательных служб без ограничений по возрасту и стажу.

Все участники получают доступ к электронным библиотекам, а учителя-финалисты смогут стать участниками образовательных программ Мастерской управления «Сенеж».

Калининградскую область на конкурсе представляют несколько команд из разных образовательных учреждений. «Комсомолка» встретила с одной из участниц - **Анной Вадимовной Прошкиной, кан-**

Анна ПРОШКИНА:

Важно помогать ребенку стать не тобой, а собой



Архив А. ПРОШКИНОЙ

Анна Прошкина, кандидат педагогических наук, учитель математики лицея № 49 Калининграда.

дидатом педагогических наук, классным руководителем 8 «Б» класса, учителем математики лицея № 49 Калининграда.

В лицее учу детей математике 30 лет, - рассказывает Анна Прошкина. - Свой профессиональный девиз никогда не меняю. В его основе слова выдающегося педагога Януша Корчака: «Помоги ребенку стать не тобой, а собой». И если говорить о причинах выбора профессии педагога, то, во-

первых, мне всегда везло на учителей. Я воспринимала их как небожителей. Они знали ответы на самые сложные вопросы, они знали самые «секретные» секреты о математике, они - необыкновенные. И мне очень хотелось быть похожими на них. Вторых, я учитель в третьем поколении.

По мнению педагога, конкурс «Учитель будущего» дает возможность поработать в команде с молодыми и креативными педагогами.

На конкурс наш лицей заявил несколько команд, - продолжает конкурсантка. - В моей команде будут выступать очень талантливые и близкие мне по духу: учитель истории и обществознания Наталья Михайловна Дьякова и учитель русского языка и литературы Яна Андреевна Медведева. Считаю, что умению работать в команде весь педагогический коллектив обязан бывшему директору нашего лицея Людмиле Григорьевне Осиповой. И благодарю нынешнего руководителя - Людмилу Николаевну Соколову за поддержку этой традиции и новых проектов.

За нашей профессией - будущее! - уверена Анна Прошкина. - Высокий эмоциональный интеллект, постоянное развитие в профессии - основа успеха учителя будущего. И еще одно наблюдение. Убеждена, что на сегодня только учитель поможет ребенку оставаться человеком во всех смыслах.

КОММЕНТАРИЙ

Светлана ТРУСЕНЕВА, Министр образования Калининградской области:

Появление конкурса «Учитель будущего» назревало давно. Он отличается от всех проектов и состязаний, которые были раньше, потому что это, в первую очередь, командное соревнование. Сегодня в эпоху метапредметности, цифрового образования, сквозных технологий учитель, как говорится, в одиночку в поле не воин.

В нашем регионе очень сильные педагогические традиции и коллективы. У коллег еще есть время, чтобы зарегистрироваться на конкурсе, проявить себя, продемонстрировать, что калининградская система образования - самая инновационная, гуманистическая и профессиональная в стране. Причем это могут быть команды учителей, которые, на первый взгляд, не связаны между собой, что во время работы подтолкнет к созданию абсолютно новых методических программ и разработок.

Нет сомнений в уровне знаний и компетенций наших педагогов. Уверена, что в финале будет представлено много учителей из Калининградской области. Участвуйте и побеждайте!

Узнать подробности конкурса «Учитель будущего» - сканируйте QR-код



■ КОНСУЛЬТАЦИЯ

Калининградцев интересует, МОЖНО ЛИ ПИТЬ ДОЖДЕВУЮ ВОДУ?

Специалисты областного Управления Роспотребнадзора в Инстаграм ответили на вопросы жителей региона о том, как добиться максимальной пользы от воды.

- Говорят, что талая вода эпидемиологически безопасна, потому что при заморозке умирают все микробы. Так ли это?

- Нет, многие болезнетворные бактерии и вирусы сохраняют свою жизнеспособность при замораживании.

- Можно ли пить дождевую воду?

- Атмосфера земли загрязнена ничуть не меньше всего остального, поэтому при конденсации дождевых капель в воде растворяется все то, что «летает» в воздухе. Поэтому дождевую воду нельзя считать безопасной.

- Говорят, что нужно пить восемь стаканов воды ежедневно. Это правда?

- Потребности в воде индивидуальны. Восемь стаканов, или 2 литра воды, приблизительный норматив. Человек миниатюрной комплекции и ведущий малоактивный образ жизни может употреблять воды и меньше, в то время как для человека крупного телосложения, спортсмена, человека, соблюдающего диету или проживающего в жарком климате, восемь стаканов может быть и недостаточно.

- Какой бытовой фильтр обладает самой высокой степенью очистки воды?

- Фильтрующие системы с методом обратного осмоса являются самыми эффективными методами очистки воды, применяемыми в домашних условиях.

- Вот уже несколько лет на даче в качестве водоисточника используем артезианскую скважину. В этом году заметили, что вода стала мутной. Каковы могут быть причины этого?

- Причин может быть несколько. Например:

✓ попадание в воду частиц ила и глины в случае плохих фильтрующих свойств грунта;

✓ избыток железа (если вода из скважины желтеет, это явный признак повышенного содержания железа);

✓ использование насосов вибрационного типа (при их использовании обсадная колонка скважины разрушается, что приводит к засорению водоприемной части. Ярким свидетельством нарушения целостности колонки является вода с мелкими камешками и песчинками);

✓ разгерметизация артезианской скважины - чистая вода смешивается с грязными грунтовыми водами;

✓ загрязнение химическими веществами (мутная вода из скважины может указывать на наличие химических загрязнений). Чаще всего посторонние примеси обнаруживаются в воде неглубоких скважин;

✓ заиливание скважины (мутная вода из неглубокой скважины может быть причиной разрастания микроскопических водорослей и бактерий).

- Всегда ли вода из артезианской скважины является безопасной для питья?

- Любой источник водоснабжения, в том числе и подземный, может являться источником химического, биологического или радиологического загрязнения.

Подготовила Надежда РЖЕВСКАЯ.

5 советов невролога из кавказской здравницы:

Как победить боли в спине и зачем спать на трех подушках

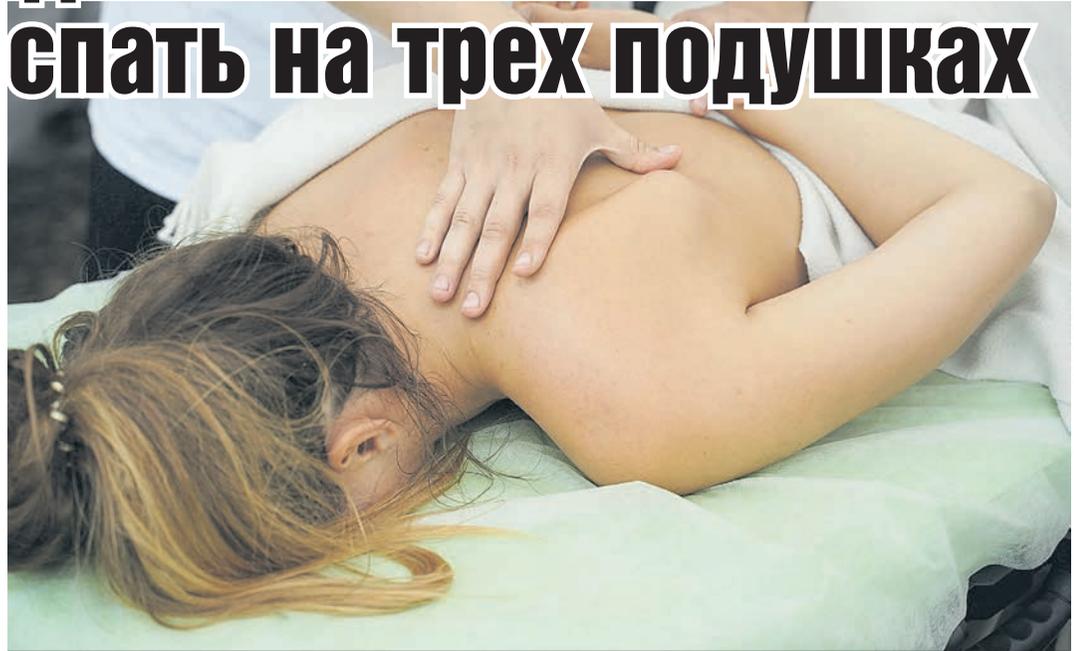
Светлана БАРОН

Руслан Сибагатуллин стал гостем программы «Говорит Калининград» на Радио «Комсомольская правда».

Главная причина появления проблем с позвоночником - вертикальные осевые нагрузки. Это и подъем тяжестей, и неудачный прыжок, регулярное искривление осанки, нарушения питания. Плохо то, что проблемы с позвоночником у россиян молодеют.

- В этом году я лечил девушку 18 лет, у которой были грыжи во всех отделах позвоночника. Хотя не было никаких травм, - говорит Руслан Сибагатуллин. - Это общемировая тенденция. Всеми виной малоподвижный образ жизни, стрессы и неправильное питание: оно ведет к избыточному весу или вымыванию из организма таких минеральных веществ, как кальций и магний. А тревоги отражаются даже на нашей позе! Люди с депрессией ходят согнувшись, с опущенной головой. Постоянная тревога вызывает мышечное напряжение, сутулость и сколиоз.

Оказывается, при проблемах с позвоночником спина может и не болеть! Так, грыжи диска (когда защемляется корешок) отдают болью в большом пальце на ноге. Дискомфортные ощущения в руках тоже отправляют нас к позвоночнику. Частые головные боли, ассиметричные, особенно несжимающего характера, могут быть связаны с проблемами в шейном отделе.



По словам невролога, проблемы с позвоночником у россиян молодеют.

Кожа головы снабжается артериями, проходящими через мышцы шейного отдела, потому при нарушении кровотока возникнут проблемы с кожей головы и волосами.

Как же сохранить здоровье позвоночника и поддержать тонус мышц спины? По мнению Руслана Сибагатуллина, нужно выполнять пять правил.



Руслан Сибагатуллин.

Правило первое: сидите ровно, не наклоняясь вперед, назад или вбок. Сиденье занимайте полностью, но не опирайтесь на спинку, чтобы работали глубокие мышцы, которые

поддерживают наш позвоночник. Облокачиваетесь? Будете быстро уставать при ходьбе. Ноги ставьте ровно, под углом 90 градусов, чтобы не пережимать венозный кровоток. Не сидите несколько часов подряд. Каждые 40 минут надо встать, пройтись, сделать зарядку, растянуть мышцы.

Правило второе: спите правильно - на спине или на боку с использованием нескольких подушек, которые можно подложить под поясницу, колени и шею.

Правило третье: выполняйте простые упражнения. Если нет серьезных проблем с позвоночником, хорошо висеть на турнике. Главное не спрыгивать после этого на землю - тогда все на смарку из-за компрессии межпозвоночных дисков. Правильно: подняли ноги, повисли, опустили ноги. Если нет проблем с сосудами или смещения позвонков, полезно перекачивание головы влево, вправо, вперед-назад. При этом упражнении допускается легкое головокружение, но не забывайте дышать - задержка дыхания

может повышать артериальное давление. Хороша волновая гимнастика: сидя на фитболе, поддерживайте равновесие. Таким образом тренируются так называемые позные (глубокие) мышцы у позвоночника.

Правило четвертое: проводите самомассаж. Массировать можно вообще любую точку, до которой дотянетесь. Затекущую шею сначала разотрите, улучшая кровоснабжение, потом начинайте мягкие пощипывающие движения. Не забывайте про кисти рук: они связаны со всеми органами через рефлекторные представительства. Прорабатывая кисти, можно улучшить кровоснабжение головного мозга, снизить артериальное давление. Массаж кисти должен направляться от периферии к ладони и дальше к локтю. Он не только оздоровит, но и ментально усилит бодрость.

Правило пятое: контролируйте осанку. Корсет выписывают при серьезных стадиях сколиоза, но держать спину ровной помогут современные электронные устройства-корректоры.

Пансионат «ЭДЕМ» г. Зеленоградск

ПРИГЛАШАЕМ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ, нуждающихся в присмотре, на временное и длительное пребывание

Мы предлагаем:

- 5-разовое питание
- круглосуточный уход (квалифицированный персонал)
- стоимость 900 руб./сутки

ул. Ленина, 12в
Справки по телефонам:
8 (4012) 92-10-52, 8 (9632) 95-17-14



МЕДЭКСПЕРТ
сеть семейных клиник

www.med-expert.ru

МЕДЭКСПЕРТ НА МОСКОВСКОМ

- Рентгенография (в том числе легких)
- Лабораторные анализы
- Прием врачей-специалистов:

- Терапевт - Педиатр - Уролог - Гинеколог - Кардиолог
- Эндокринолог - Невролог - Офтальмолог
- Оториноларинголог - Ультразвуковые исследования



Московский просп., 229, ТЦ "Октябрьский", 3-й этаж
Работаем с 8.00 до 20.00 ежедневно без выходных
Прием анализов с 7.30

☎ 51-91-33

Светлана МАКОВЕЕВА

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕЛЬЗЯ ПРИМЕНЯТЬ ПРИ ГРУБЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ

Под Калининградом заработал дополнительный пункт «скорой помощи»

Это тоже часть большой реформы по созданию единой медицинской структуры.

В Калининградской областной думе обсудили формирование в регионе единой службы скорой помощи. Главный врач городской станции скорой медицинской помощи **Игорь Старостин** напомнил, что первым этапом реформы было создание в декабре 2017 года единой диспетчерской службы, к которой подключены все машины «скорой» в режиме реального времени.

- В рамках второго этапа объединения планируется передача помещений, оборудования, а также перевод сотрудников отделений скорой помощи районных больниц на работу на городскую станцию, которая впоследствии будет переименована в станцию скорой медицинской помощи Калининградской области, - рассказал Старостин.

Сегодня идет процесс организации дополнительных пунктов скорой медицинской помощи. Так, уже работает бригада в Прибрежном под Калининградом, ведется работа по организации дополнительной реани-



Александр ПОДГОРЧУК
Сокращения водителей, как уверяют в минздраве, не будет.

мационной бригады в Знаменске, с тем чтобы в случае необходимости существенно уменьшить «плечо» доставки тяжелого пациента с востока региона до сосудистых центров или клиник по другим профилям заболеваний.

Водители «скорой» уже проходят тестирование перед переводом в новую структуру.

- Для нас главное - безопасность, - заявил Игорь Старостин. - Поэтому будем смотреть и категорию водителей - это должны быть как минимум «В» и «С», а также их допуск к использованию проблесковых маячков. И это тоже функция нашей объединенной организации. Мы уже завершаем обучение водителей, поэтому их, как и другой персонал, не собираемся

сокращать, они все так же будут работать, как и работали.

Начальник юридического отдела регионального минздрава **Максим Макаров** подчеркнул, что переход работников от одного работодателя к другому без расторжения трудового договора невозможен. Трудовой кодекс РФ предусматривает два варианта: увольнение по сокращению штатов с получением всех положенных при этом выплат и увольнение в связи с переходом к другому работодателю.

- При втором варианте сотрудник пишет заявление об увольнении и переходит на работу к новому работодателю, продолжая свою трудовую деятельность, - отметил Макаров.

Подготовила **Надежда РЖЕВСКАЯ.**

■ КОНСУЛЬТАЦИЯ

Перед болезнью все равны



Евгений СТЕПАНОВ, врач-оториноларинголог лор-кабинета компании «СигмаМЕД»

Тема сохранения здоровья, дорогие читатели «Комсомольской правды» в Калининграде», интересовала общество всегда и всегда была предметом обсуждения. Довольно часто эта тема преломляется через судьбы великих людей: публику и через сто-двести лет продолжает беспокоить, чем цари и герои болели и от чего они умерли. Совсем недавно мне попалась в популярном историческом журнале статья, посвященная медицинским аспектам судьбы русского императора Александра III. Как известно, его достаточно ранняя для правителя (в 49 лет!) смерть до сих пор является предметом дискуссий историков, которые никак не могут прийти к единому мнению, что же так ослабило гломерулонефрит (серьезные заболевания почек) и привело в конечном итоге к печальному концу этого человека, внешне представлявшего собою образец этакого русского богатыря и, казалось бы, непоколебимого здоровья.

Так вот, автор статьи в указанном журнале приводит интересный факт: приблизительно месяцев за девять до кончины император перенес инфлюэнцу (так тогда называли грипп), осложненную, по одной версии, бронхи-

том, по другой - воспалением легких. И признаки поражения почек (белок и цилиндры в небольшом количестве в моче) были у него обнаружены уже тогда, однако царь, страшно не любивший лечиться и считавший обращение за медицинской помощью признаком слабости, сумел убедить своих лейб-медиков, что ему «гораздо лучше» и что он «пошел на поправку», и просто отказался от помощи. Когда же через несколько месяцев болезнь обострилась - было уже поздно.

Мой многолетний врачебный опыт говорит, что ничего необычного в таком развитии процесса нет. Люди вообще редко умирают от какой-то одной причины - как правило, это комплекс и сочетание разных факторов. Оценивая этот исторический случай, можно сказать, во-первых, грипп действительно может осложнить или усугубить течение заболевания почек, а во-вторых, сама по себе вирусная интоксикация отягощает общее состояние больного. Токсичные дестабилизирующие действуют на все органы (центральную нервную систему, сердце, легкие, печень). Почки не справились с очисткой крови, усиливаются отеки тканей, и уремия (почечная недостаточность) усиливает токсическое действие инфекции, выводит ее на новый уровень. Поднимается давление, что увеличивает общую нагрузку на организм (в первую очередь на сердце), страдает бронхолегочная система, токсическое действие на печень, нарушается система гемостаза, это может проявляться в носовых кровотечениях, потеря крови бывает в том числе и поч-

ками с мочой, как и было в случае Александра III. В дальнейшем развивается полиорганная недостаточность. Но это частный исторический случай, хотя и поучительный.

Отсюда первый урок: не нужно пренебрегать профилактикой вирусных и бактериальных инфекций, лечением лор-заболеваний. Несмотря на распространенное в обществе «легкое» к ним отношение («насморк», «простуда» - синонимы чего-то несерьезного), эти заболевания очень опасны, и снисходительно относиться к ним не следует.

Второй урок: о каких бы конкретно болезнях ни шла речь - не нужно обольщаться насчет возможностей своего организма в целом. Абсолютно здоровых людей не так много. Император уповал на свое богатейшее здоровье, плюс считал само обращение за медпомощью проявлением слабости, несовместимым со своим статусом. Но перед болезнью равны абсолютно все - «сверхчеловеков» для нее нет, а медицинские знания - это объективный опыт человечества, накопленный им в ходе развития и прогресса. **И если у вас появились симптомы болезни - следует, не откладывая, обратиться к специалистам. Например, к нам, в лор-кабинет компании «Сигма-МЕД», по адресу: улица Горького, 197 (угол улицы Зеленой, звонить - 8(4012) 964343). В наших руках - самое современное диагностическое и лечебное оборудование, передовые методы диагностики и лечения. Мы всегда готовы прийти к вам на помощь! А вы постарайтесь не заболеть! Ваш лор-врач - Степанов Е.М.**

Лиц. ЛО-39-01-000-986 РЕКЛАМА.

СИГМАМЕД

Лор-кабинет Степанова Е.М.

НЕОБХОДИМО ПОЛУЧЕНИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ ВРАЧЕЙ-СПЕЦИАЛИСТОВ

■ НОВОСТИ МСЭ

Инвалидность после ампутации конечностей будет устанавливаться в максимально короткие сроки

Постановлением Правительства России от 4 июня 2019 года № 715 «О внесении изменений в Правила признания лица инвалидом» предусмотрено урегулирование вопросов, связанных с повышением доступности услуги по медико-социальной экспертизе.

Для граждан, перенесших ампутацию конечностей, вопрос об установлении инвалидности будет решаться в течение трех дней.

При направлении медицинской организацией гражданина, находящегося в стационаре после перенесенной операции по ампутации (реампутации) конечности (конечностей) и нуждающегося в первичном протезировании, медико-социальная экспертиза данному гражданину будет проведена в течение 3 рабочих дней с даты поступления направления на медико-социальную экспертизу.

При этом первичное протезирование необходимо начинать сразу после заживления операционных ран в медицинской организации, где произведена ампутация. Первичное протезирование, то есть подготовка культи к нагрузкам и приобретение

навыков ходьбы с использованием протеза, способствует сокращению периода адаптации к протезу, выработке уверенности в восстановлении двигательной активности.

Данная норма позволит ускорить проведение такому гражданину медико-социальной экспертизы и предоставление необходимых протезов для начала мероприятий по протезированию сразу после заживления операционных ран в медицинской организации, где произведена ампутация.

Обеспечение инвалидов протезами осуществляется за счет средств федерального бюджета на основании разработанной индивидуальной программы реабилитации или абилитации (ИПРА) инвалида. Выписки из ИПРА направляются в региональное отделение Фонда социального страхования Российской Федерации - в части обеспечения техническими средствами реабилитации, предоставляемыми инвалиду (ребенку-инвалиду) за счет средств федерального бюджета.

Заместитель руководителя по экспертной работе ХВОСТОВА И.Н.

ВЫРЕЖИ И СОХРАНИ

Нечистая сила XXI века: С чесноком и амулетами против простуды

КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА

1 ЧЕСНОК

Некие голландские ученые недавно заявили, что в чесноке содержатся натуральные волокна, которые стимулируют рост «хороших» бактерий, важных для нашей иммунной системы. Поэтому в сезон гриппа и простуд советуют есть побольше чеснока. - Это абсолютно нерационально, - качает головой Михаил Лебедев. - Чеснок сам по себе, конечно, полезен, но он никак не может помочь при гриппе, ОРВИ или сработать как средство их профилактики. Не существует научных данных, которые достоверно подтвердили бы, что чеснок действительно благотворно влияет на иммунитет человека.



Нет

«Комсомолка» выяснила, какие методы борьбы с ОРВИ работают, а какие - нет.

От гриппа, как известно, существует прививка. Она хоть и не гарантирует 100-процентную защиту от болезни, но резко снижает риск заразиться.

А тех, кто заболел, спасает от тяжелых осложнений. Но, помимо гриппа, вокруг нас огромное количество возбудителей других острых респираторных вирусных инфекций (ОРВИ). Это и аденовирусы, и риновирусы, и коронавирусы, и грипп, и парагрипп, и много чего еще. Прививок против таких вражеских агентов нет. Чем тогда защищаться? Интернет полон советов-лайфхаков. Какие из них реально работают, а какие точно не помогут? Народные методы нам прокомментировал **врач-эксперт Центра молекулярной диагностики Центрального научно-исследовательского института эпидемиологии Михаил Лебедев.**

2 ОДНОРАЗОВЫЕ МЕДИЦИНСКИЕ МАСКИ

Их использование вызывает немало споров. Кто-то утверждает: вирусные частицы настолько малы, что проникнут через маску и даже не заметят. Другие напоминают, что вирусные частицы чаще всего летают на каплях слюны, попадающих в воздух при кашле и чихании. А такие объекты маска задерживать способна. - Маску, конечно, нужно надевать на заболевшего. Чтобы при чихании и кашле он как можно меньше распространял вокруг себя вирус, - поясняет эксперт. - Также наденьте ее на себя, если вы ухаживаете за больным. Имеет смысл использовать ее и при посещении общественных мест. Защита, конечно, далеко не 100-процентная, но хоть что-то. Менять маски нужно как можно чаще. В идеале - каждые 1,5 - 2 часа.



Да

3 АНТИСЕПТИЧЕСКИЙ СПРЕЙ

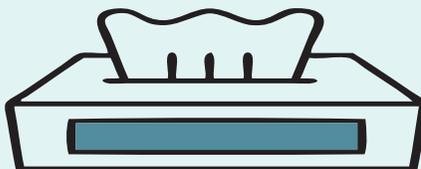
Один из сетевых советов: если вы работаете в кабинете, где рядом кашляют и чихают, нужно почаще брызгать вокруг рабочего места хлоргексидином. Это дешевый антисептик, и он будет обеззараживать пространство. В интернете продаются даже амулеты-пшикалки для детей, которые время от времени автоматически распыляют антисептик. - Глупость! Хлоргексидин, конечно, хороший антисептик. Но если вы побрызгаете им вокруг себя, взвесь быстро опустится на пол. И вероятность, что молекулы хлоргексидина, распыленного в воздухе, встретятся с большим количеством вредных микробов и уничтожат их, очень невелика. Другое дело, что антисептиком можно протирать поверхности в комнате или рабочем кабинете.



Да

4 АНТИБАКТЕРИАЛЬНЫЕ САЛФЕТКИ И ГЕЛИ

Строго говоря, в большинстве случаев виновники ОРВИ все-таки вирусы, а не бактерии (хотя встречаются и смешанные формы, как мы уже упомянули). В то же время протирание салфеткой чисто механически помогает избавиться от части вирусов. Гели, создавая обволакивающую пленку, тоже мешают распространению возбудителей инфекций. - Первое средство профилактики - как можно чаще мыть руки с мылом, - говорит наш эксперт. - Особенно после общественного транспорта, посещения различных публичных мест. Но когда мы перемещаемся в течение буднего дня по городу, далеко не всегда есть возможность помыть руки. Тут-то могут прийти на помощь обеззараживающие салфетки и гели.



Да

5 УЖЕ НЕ ОДНО ПОКОЛЕНИЕ НАШИХ ЛЮДЕЙ С НАСТУПЛЕНИЕМ ХОЛОДОВ НАЧИНАЕТ МАЗАТЬ СЛИЗИстую НОСА ОКСОЛИНКОЙ

Мол, таким образом создается барьер для вирусов. И меньше шансов, что человек заболеет. - Эта мазь имеет давнюю историю, но ее противовирусное действие никак не доказано, - разводит руками наш эксперт.



• Это средство из категории традиционных мифических препаратов, которые как будто бы были всегда. К ним просто привыкли.

Нет

Александр СЛАВУЦКИЙ.



Еще пять лайфхаков для борьбы с простудой - на сайте

«ЖИТЬ ЗДОРОВО!»



Каждое утро на Первом канале известная телеведущая и врач Елена Малышева рассказывает, как обустроить свой быт так, чтобы жить было не только здорово, но и здорово. А для тех, кто не успел к эфиру, мы напоминаем о самых интересных темах программы.

Каждое утро на Первом канале известная телеведущая и врач Елена Малышева рассказывает, как обустроить свой быт так, чтобы жить было не только здорово, но и здорово. А для тех, кто не успел к эфиру, мы выбираем самые интересные темы программы.

✓ **Таблетки лучше всего запивать водой.**

Не рекомендуется проталкивать лекарства чаем и молоком. Запрещено запивать грейпфрутовым соком. Это может увеличить концентрацию лекарственного средства, и как оно подействует, предсказать невозможно.

✓ **Принимать таблетки лучше в вертикальном положении, хотя бы сидя.**

Так они не останутся в пищеводе и попадут в желудочно-кишечный тракт, где начнут действовать.

Если состояние больного не позво-

Как правильно пить лекарства

ляет сидеть, приподнимите ему верхнюю часть туловища.

Исключение: сосудорасширяющие таблетки быстрого действия, которые принимают под язык. Их лучше рассасывать в полугоризонтальном положении, откинувшись назад.

✓ **Таблетку обязательно нужно запить стаканом (не глотком!) жидкости. Потому что иначе пилюля может прилипнуть к стенке пищевода. И вместо нормального действия лекарства вы ощутите лишь изжогу.**

✓ **В какое время принимать лекарства, должен сказать врач.**

Утром по обычному правилу пьют: мочегонные, ингибиторы протонной помпы, нестероидные гормоны.

Вечером, как правило, назначают: статины, ингибиторы АПФ.



Нагрузки в спортзале полезны для сердца. Если их одобрил врач.

Но ориентироваться лучше не на класс препарата, а на конкретное назначение, которое сделает ваш лечащий врач.

Подготовила Алина МАКЕЕВА.

1 Смотрите «Жить здорово!» С понедельника по пятницу, 10.55 (мск).

ВОПРОС - РЕБРОМ

В спортзал после инфаркта

Вопрос из студии: «Недавно я перенес инфаркт, лечился в больнице. Можно ли мне теперь вернуться к занятиям спортом, которые я так любил до болезни?»

Отвечает кардиолог Герман Гандельман:

- Занятия физкультурой после перенесенного инфаркта приветствуются! Но для начала нужно пройти реабилитацию, где вас под контролем медицинских работников подготовят к возвращению привычных нагрузок. А затем проконсультироваться с лечащим врачом: в соответствии с состоянием вашего сердца он даст конкретные рекомендации, какие упражнения вам теперь можно выполнять, а какие не стоит.

Скандал вокруг Гогена: Европа решила вычеркнуть гения из своей культуры?

Елена ЧИНКОВА

На знаменитого французского художника ополчились феминистки и искусствоведы - спустя сотню лет после кончины его стали обвинять в педофилии.

Кто бы мог подумать, что западная «толерантность» ударит по давно почившему классику постимпрессионизма **Полю Гогену!** На французского живописца, создавшего свои самые знаменитые работы в Океании, ополчились СМИ, феминистки и даже искусствоведы. Дамы из движения Me too осадили Лондонскую национальную галерею, где проходит выставка картин художника. Нападки на здравствующих звезд вроде **Пласидо Доминго** или **Кевина Спейси**, которых обвиняли в домогательствах, им, очевидно, наскучили, и вот теперь озабоченные защитницы женского равноправия переключились на покойных. Благо те ответить не смогут...



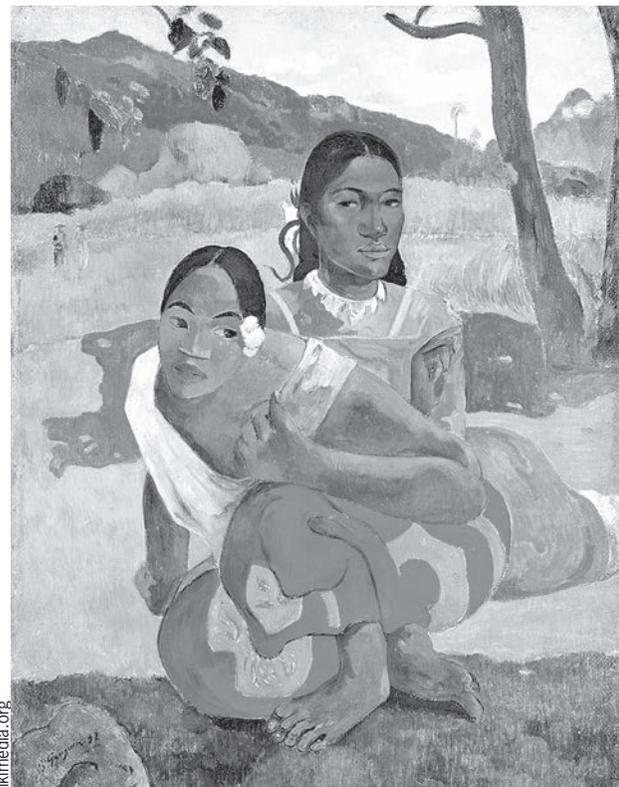
На заднем плане автопортрета Гоген изобразил обнаженной свою юную туземную жену. В XXI веке некоторые сочли это безобразием.

«Не прекратить ли нам смотреть на Гогена?» - такой вопрос задает... аудиогид! «Не настало ли время вычеркнуть Гогена?» - с таким заголовком вышла статья в **The New York Times**, призывающая музеи пересмотреть «легальность» художника из-за «секса

с девочками-подростками», а жителей Полинезии со своих картин он называл «дикарями».

Да, известно, что, оставив жену и пятерых детей, Гоген в 1891 году уехал на Таити, где женился на 13-летней девушке Теха'амана, ставшей его музой и матерью его ребенка. В те времена браки в подобном возрасте были в этой французской колонии обычным делом. Правда, Поль отлучился в Париж, а по возвращении имел отношения уже с другими юными туземками. Художник жил там в бедности, болел проказой, писал картины, а мировая слава пришла к нему уже после смерти. Его экзотическая жизнь легла в основу романа **Соммерсета Моэма** «Луна и грош», была экранизирована.

И вот век спустя такой поворот. Удивительно, что возмутились Гогеном и искусствоведы. «Сложно отделять его жизнь и творчество, - пригвоздила Гогена куратор его (!) выставки из Дании **Лине Клаузен Педерсен**. - Если нам сегодня что и осталось рассказывать о Гогене, так это о его грязных делах». Но деньги по контракту за организацию экспозиции, судя по всему, получила полностью.



Картина «Когда свадьба?» недавно была продана Катару за рекордные 300 миллионов долларов. Туда феминизм еще не добрался.

КОМПЕТЕНТНО

Никас САФРОНОВ,
заслуженный художник России:

- Трактовать поступки художников прошлого в рамках современной концепции нравственности и морали как минимум некорректно. У каждого времени свой набор догм и правил, которые потом могут и шокировать. Гоген может нравиться или не нравиться исключительно как художник. Всегда были любители поговорить об ориентации Чайковского, признаках педофилии у Набокова, множестве женщин у Пушкина - и что? Всех тогда запретить?

107.2
FM

«Комсомольская правда» представляет - программа о кино, музыке и культурных скандалах. По субботам в 9.00 (мск) на Радио «КП»

14 ДЕКАБРЯ
ДС «МЕГАСПОРТ»

Легенды
Ретро FM
15 лет

DSCHINGHIS KHAN

ИВАНУШКИ INTERNATIONAL

МИХАИЛ ШУФУТИНСКИЙ

SECRET SERVICE

НАТАЛИЯ ГУЛЬКИНА

LIAN ROSS

СОФИЯ РОТАРУ

ОТТАВАН

E-TYPE

ТАНЯ БУЛАНОВА

LOU BEGA

ИГОРЬ КОРНЕЛЮК

И МНОГИЕ ДРУГИЕ

БИЛЕТЫ CONCERT.RU (495) 644 2222

ПОДРОБНОСТИ НА RETROFM.RU, LEGENDY.RETROFM.RU И В ЭФИРЕ РЕТРО FM
WWW.CONCERT.RU, +7 (495) 644-22-22, ООО «СИСТЕМА КОНЦЕРТ», 125040, г. Москва,
ПЕНИНГРАДСКИЙ ПРОСПЕКТ, ДОМ 1, ПОМЕЩЕНИЕ VII КОМНАТА 9, ОГРН 1147746065741

РЕКЛАМА 12+

Глава ВАДА Крейг РИДИ - «КП»:

Что? Я уничтожил ВАДА?!

Наида АЗИЗОВА

После того как российских спортсменов на четыре года отстранили от всех крупнейших соревнований, мы связались с руководителем Всемирного антидопингового агентства.

- Первого января вы уходите с поста президента ВАДА. Как вы оцениваете свою работу в агентстве?

- Я работаю в ВАДА с момента его основания и думаю, что агентство добилось огромных успехов в важной сфере спортивной жизни. Последние пять лет, с тех пор как стала общедоступной информация о российских нарушениях в допинг-регулировании, были непростыми. Но мы должны были работать над этим и, думаю, старались делать это добросовестно. Я думаю, что мы поступили правильно. Я надеюсь, что к вопросу о поведении русских возвратиться больше не придется.

- Вы довольны результатами?

- Ну мы явно кое-что изменили в российском спорте. В прошлом году мы решили вывести из тупика отношения между Россией и ВАДА и предложили возобновить сотрудничество с РУСАДА при условии допуска к базе данных Московской

антидопинговой лаборатории. И все это работало очень хорошо. Но затем мы узнали, что с данными произошли манипуляции. Это очень разочаровывает. И я надеюсь, что люди, которые были ответственны за это, понимают ущерб, который они наносят молодым спортсменам в их собственной стране.

- Вам не кажется, что, запретив российским спортсменам участвовать во всех крупнейших международных соревнованиях на 4 года, вы наказали чистых спортсменов?

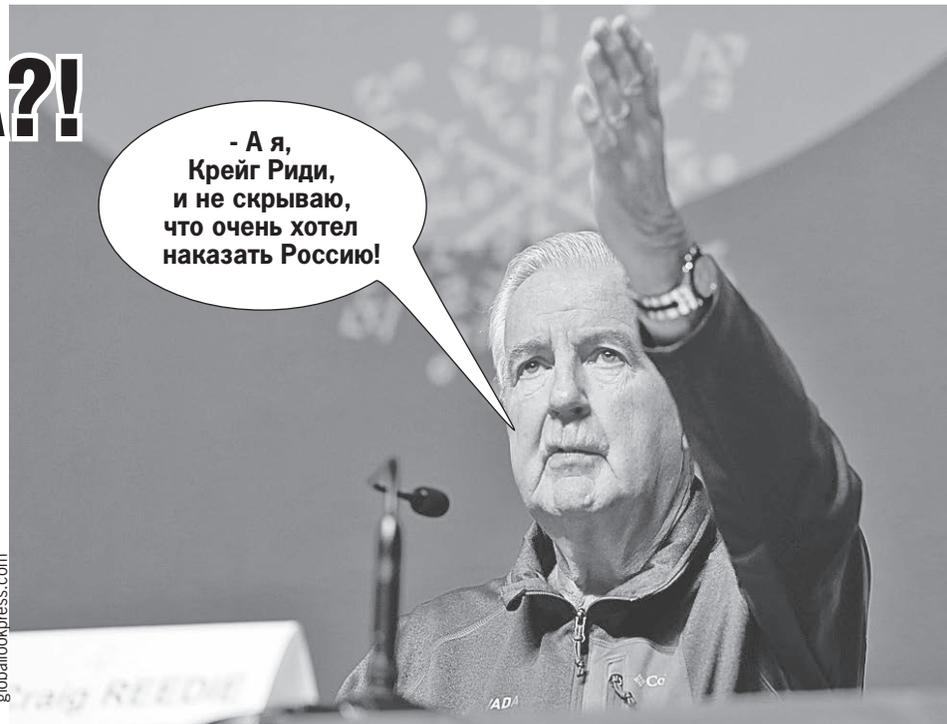
- Конечно, мы это осознаем... Чистые спортсмены, которые доказали это, смогут принять участие в соревнованиях, но не будут официально представлять Россию. Кое-кто в мире критикует нас за то, что мы не приняли более жесткое решение.

- Послушайте, но вы наказали еще и российскую сборную по футболу. А это как вообще соотносится с допинговым делом?

- Мы еще разберемся, какие критерии тут должны действовать. Что касается ВАДА, то мы будем основывать нашу работу на антидопинговых правилах. Если последует обращение в Спортивный арбитражный суд, мы постараемся довести до них суть нашего подхода.

- Последний вопрос. Вы войдете в историю как чиновник, практически

- А я, Крейг Риди, и не скрываю, что очень хотел наказать Россию!



разваливший ВАДА. Каково это ощущать себя в этой роли?

- Что? Я уничтожил ВАДА?

- Вы выставили его в странном свете.

- Нет, я ничего подобного не делал!

- Я имею в виду, что в решении ВАДА возобладала политические мотивы.

- Нет, я не думаю. Мы очень ответственные люди, мы старались защитить всех чистых спортсменов в России...

- Да, но вы предлагаете чистым спортсменам выступать под нейтральным флагом. Это унижение - вам так не кажется?

- Извините, но эта санкция была наложена по решению исполкома ВАДА. Потому что кто-то должен понести наказание за то, что происходит. И потом, хоть кому-то из спортсменов разрешено соревноваться - это же лучше, чем не соревноваться вовсе. И должны быть какие-то санкции против тех людей в России, которые это сфальсифицировали.

- То есть вы пытаетесь нажимать на политические кнопки, отказывая чистым спортсменам в соревнованиях?

- Не давя я ни на какие кнопки! Пока!

■ ЭХО СКАНДАЛА

Три сценария участия российских спортсменов на Олимпиаде

Сергей КИРИЛЛОВ

Решение об отстранении российских спортсменов от крупных соревнований было ожидаемо. Но то, в какой редакции оно было принято, все равно произвело шок. Итак, вердикт ВАДА гласит, что Россия четыре года не сможет участвовать на Олимпиадах и чемпионатах мира под своим флагом, а также проводить на своей территории международные соревнования мирового уровня.

Как реагировать на это - мнения разделились.

Политики и комментаторы уже кричат, что без флага и гимна Олимпиаду надо бойкотировать. Так, ведущий программы «Время покажет» вице-спикер Госдумы Петр Толстой заявил:

«Ехать никуда не надо... И пока наша страна не займет жесткую позицию в этом вопросе, мне кажется, что понимания со стороны функционеров ВАДА не будет».

Сами спортсмены придерживаются противоположного мнения.

Лидер сборной России по стрельбе из

пневматического пистолета иркутянин Артем Черноусов заявил в интервью «КП»:

- Олимпиада-2020 в Токио должна стать первой в моей карьере. Выступить в Японии уже не то что мечта, а цель, к которой я иду все последние несколько лет. И в отборе на Игры я на первом месте по очкам, да еще и с отрывом. Я готов поехать на Игры под нейтральным флагом. Зря я, что ли, тренировался! В любом случае на Олимпиаде все будут знать, что я русский спортсмен и выступаю за свою страну.

У тренеров своя правда. **Прославленный наставник по фигурному катанию Алексей Мишин** на Радио «КП» (fm.kp.ru) сказал:

- Сейчас нам надо сконцентрироваться не на трагизме ситуации, а на том, как из нее выйти. Нужно проводить свои соревнования, чтобы у спортсменов был «свет в окне». Надо думать о том, чтобы сохранить структуру традиционных стартов, которая сложилась при подготовке к чемпионатам мира и Олимпийским играм.

Но хотя Россия и полу-

чила четырехлетний бан, окончательный расклад еще не слишком ясен. Понятно, что нас уже не простят, но насколько жесткими могут быть санкции? Рассмотрим три варианта.

ПЕРВЫЙ СЦЕНАРИЙ

Маловероятный. Россия подает жалобу в Спортивный арбитражный суд (CAS), и там принимают решение, что Олимпийский комитет России в этой истории не запятан. Мол, во всем виноваты государственные органы. Собственно, на этот сценарий и надеется президент ОКР Станислав Поздняков. Тогда наши спортсмены, которые не числятся в «списках прокаженных» из базы Родченкова, проходят все мыслимые и немыслимые проверки, но все же едут на Игры единой командой под флагом и с гимном.

ВТОРОЙ СЦЕНАРИЙ

Его мы уже проходили в 2018 году. Напомним, что на зимние Игры в Пхенчхан не пригласили несколько десятков наших лидеров сразу в нескольких видах спорта - биатлоне, лыжах, бобслее... А те, кто доехал до Кореи, назывались

«олимпийские атлеты из России». У них не было флага и гимна. И все же это была команда, пусть и в усеченном виде, но довольно сплоченная.

ТРЕТИЙ СЦЕНАРИЙ

Но теперь светит самый худший вариант. ВАДА вроде бы как не препятствует ехать на Олимпиаду российским спортсменам, но выступать они там будут (кто прорвется) не только без флага и гимна, но и вообще без национальной принадлежности. Такую форму спортивной люстрации уже не первый год практикует Международная федерация легкой атлетики, которая на чемпионатах мира напротив фамилий российских спортсменов пишет всего три буквы ANA (авторизованный независимый атлет).

Впрочем, как мы помним, в Рио-2016 российские легкоатлеты вообще не поехали, так что возможны варианты. Это, кстати, касается и чемпионатов мира, где форма наказания во многом будет зависеть от позиций международных федераций по видам спорта.

Словом, неолимпийские игры продолжаются.

■ СМОТРИТЕ, КТО ПРИШЕЛ!

В обществе «Динамо» сменилось руководство

Константин ИВАНОВ

Председателем выбран Анатолий Гулевский, его заместителем стал Николай Толстых.



Анатолий Гулевский.

Бывший начальник управления ФСБ по Волгоградской области единогласно избран председателем спортивного общества «Динамо». Выборы состоялись на 20-й внеочередной всероссийской конференции общества. Ранее этот пост занимал **Владимир Стржалковский**, который ушел в отставку по собственному желанию.

В конференции общества приняли участие 235 делегатов, а также члены попечительского совета. «От имени членов попечительского совета его председателем, министром внутренних дел РФ **Владимиром Колокольцевым** на этот пост была предложена кандидатура **Анатолия Гулевского**, единогласно поддержанная всеми делегатами», - говорится в сообщении ФСБ России.

Генерал-лейтенант Гулевский начинал службу в МВД. Служил в Нижнем Новгороде, на Северном Кавказе, в регионах со сложной оперативной обстановкой. В 2014 году возглавил УФСБ России по Волгоградской области. Длительное время был председателем волгоградской областной организации общества «Динамо».

Заместителем председателя общества «Динамо» избран **Николай Толстых**, хорошо известный в футболе. Бывший игрок «Динамо» позже возглавлял футбольный клуб, а также был президентом Профессиональной футбольной лиги. С 2012 по 2015 год Николай Толстых был главой Российского футбольного союза.



Быстрее, выше, сильнее!
Слушайте «Большой спорт»
Николая Валуева по вторникам
в 22.00 (мск) на Радио «КП»



Отношения телеведущего с родителями певицы зашли в тупик.

Жанна Фриске сгорела от рака четыре года назад. Сыну Жанны и Дмитрия Шепелева Платону уже 6. Телеведущий старается вести новую жизнь: недавно объявил, что состоит в отношениях и дело, похоже, идет к свадьбе. Екатерина Тулупова - архитектор, у нее тоже есть ребенок. Об этом он рассказал на днях Ксении Собчак в ее шоу на YouTube. В разговоре Собчак коснулась и большой темы - спросила Дмитрия про отношения с родителями Жанны. Оказалось, с этим все по-прежнему неважно. Публикуем фрагменты этого интервью.

ПОЧЕМУ РОДИТЕЛИ ЖАННЫ НЕ ВИДЯТСЯ С ВНУКОМ

«Есть решение суда, который инициировали они, - хотели определить порядок общения с ребенком. Я убеждал их этого не делать, у них была возможность видаться с Платоном. Мама Жанны была у меня в квартире не один раз, все более-менее было нормально. Но они требуют, чтобы Платон жил у них - не от меня к ним ездил, а от них ко мне. И суд установил порядок общения: полтора часа два раза в месяц. На эти свидания они не приходят. Но зато регулярно приходят на ток-шоу и рассказывают, какой я ужасный отец. Я хочу, чтобы ребенок рос в спокой-

Дмитрий ШЕПЕЛЕВ - про разборки с семьей Жанны Фриске: Это история про жадность, воровство и подлость

ствии. У него и так начало жизни было драматичным».

ПРО ДЕНЬГИ РУСФОНДА И ЖАННЫ

«Первый канал собирал деньги на лечение Жанны. Часть из них действительно потратили на лечение, остальные лежали на ее счету, и за каждую потраченную в медицинских целях копейку мы отчитывались. Когда Жанны не стало, выясняется, что, во-первых, на личных счетах Жанны - ноль. И на счете Русфонда, где был 21 млн рублей, - тоже ноль. Смотрим выписки: за 3 - 5 дней до смерти эти деньги снимают со счета... родители Жанны. После чего внук, как один из наследников, становится должником - кинули своего внука на 7 млн рублей. Любящие бабушка и дедушка будут делать такое?»

Я выплатил долю Платона. Они говорят: нам ничего не надо: квартира - ребенку, дом - ребенку. Я выкупаю долю в нашем с Жанной доме - а эта доля оформлена не на

ребенка, а на бабушку и на дедушку. Это не про любовь, а про жадность, воровство и подлость. И я буду вынужден рассказать об этом ребенку. Не сейчас, но я скажу ему правду».

ПРО КРИМИНАЛЬНЫЕ НАКЛОННОСТИ ВЛАДИМИРА ФРИСКЕ

«Когда не стало Жанны, первое свидание Платона с бабушкой было на детской площадке. Он пришел туда... с пистолетом. И если бы не охрана, я не знаю, что бы было. Он угрожал мне.

Через несколько месяцев мы возвращались с Платоном в квартиру: нас поджидают пять человек, двое из которых, как я потом узнал, находятся в федеральном розыске. Моему охраннику ломают руку, он закрывает нас своим телом... Это происходит на глазах ребенка, которому было два года».

Подготовили
Антонина ВЕТКИНА
и Ольга ЛИБГАРТ.



Дмитрий говорит, что сын не забывает маму: они часто говорят о Жанне.



Больше подробностей о разделе наследства Жанны Фриске - на сайте

■ ГОРЬКО!

Окончание.

Начало на < стр. 1.

- Мол, приехала девица из Тулы, занималась сначала сайтом Елены Степаненко, а потом добралась и до Евгения Вагановича, причем сайтом уже не ограничилась. Познакомившись с классиком телеюмора, Брухунова сделала феноменальную карьеру, из скромного системного администратора превратившись в директора театра Петросяна. 30-летняя Татьяна стала правой рукой 74-летнего артиста, а теперь еще и его официальной женой.

О бракосочетании пожилого сатирика и его молодой помощницы «Комсомолке» рассказал человек из близкого окружения пары: «Они поженились в начале декабря».

Видимо, не зря Татьяна выложила в Instagram фото свадебного букета - эффектные белые пионы на дамском столике.

А в минувшие выходные пара, судя по всему, отмечала семейное событие дома. Помощница молодоженов приготовила по такому случаю торт-сметанник «Нежность».

«Я счастлива, - подписала фото Татьяна. - Теперь уже не любовница юмориста, а его законная жена».

«Уже не любовница, а жена»:

30-летняя Татьяна Брухунова вышла замуж за Евгения Петросяна



У супругов 44-летняя разница в возрасте. Но разве это важно, когда двое любят друг друга?

Лариса КУДРЯВЦЕВА
Экспресс газета

Можно лишь представить, как отреагирует на эту новость Елена Степаненко, с которой артист до сих пор не может поделить совместно нажитое имущество (по слухам, бывшие супруги зарабатывали за время существования своего союза аж полтора миллиарда рублей. - Ред.). Правда, прошлой зимой в программе Первого

канала «Эксклюзив» Брухунова клялась, что не уведила Евгения Вагановича из семьи.

- Изначально я занималась сайтом Елены Степаненко, - вспоминала Брухунова. - А когда переехала в Москву, жила у Елены Григорьевны, она меня приютила и заботилась. Но я не просила ее об этом... Она сама

была студенткой и, видимо, понимала, что это было нелегко.

Когда я пришла к Евгению Петросяну, я лично брака не видела. Я видела партнерские, уважительные отношения, но брака нет. Хотя это не моего ума дело. И на тот момент он был глубоко одиноким человеком. Такие люди могут иметь незыблемый стержень в работе, но в быту - нет. Он был как ребенок, совершенно одинокий. Я со временем стала ему помогать, вошла в его творческую жизнь и бытовую - покушать, лекарства, врач, записать на прием. Спустя некоторое время его жена начала проявлять ревность, которую выражала довольно агрессивно. Она талантливая и яркая женщина, но мы не могли с ней сработаться. Хотя долгое время я пыталась найти проблему в себе - мне тяжело, когда на меня кричат. Мы не смогли бы найти точки соприкосновения. Когда

у нас появилась душевная близость с Петросяном? Лет 6 - 7 назад. Если бы у него все было хорошо в семье, он бы не ушел. Понятие «история любви» не совсем применимо в нашем случае. Это не вспышка, как в молодости. Это душевный комфорт - я бы так это назвала. Это человек, который пришел в мою жизнь и раскрыл меня. Чему-то научил, показал, объяснил. И я благодарна ему за все, несмотря на все тяготы.

Кстати, Татьяна Брухунова стала пятой официальной женой Петросяна. О первой жене, младшей дочери актера Владимира Кригера, информации крайне мало - даже имя ее неизвестно. Второй супругой стала Анна Козловская, дочь оперного певца Ивана Козловского, третью супругу звали Людмила, и работала она в Ленинграде искусствоведом. Ну а затем последовали уже браки со Степаненко и вот теперь - с Брухуновой.

Подготовила
Мария РЕМИЗОВА.



Предыстория этого брака, подробности, фото - на сайте

■ ЗВОНОК БЫВШЕЙ

Елена СТЕПАНЕНКО: **Счастья, здоровья молодым!**

С Еленой Степаненко Евгений Петросян развелся в феврале прошлого года после 33 лет брака. Распалась семья - не стало и многолетнего творческого союза. Каждый теперь шутит отдельно.

- Елена Григорьевна, вы же по-прежнему делите с Петросяном совместное имущество?

- Да.

- Его женитьба на своей помощнице как-то отразится на вашей судебной истории?

- Откуда я знаю? (Смеется.) Пожелайте счастья, здоровья молодым и все. И пускай живут счастливо в конце концов. Своей жизнью. А наше судебное дело будет идти своим чередом. Как скажет суд, так и будет.

Первый канал	РОССИЯ 1 Россия	НТВ	ТВ-Центр Премьер	СТС Каскад, 34 канал
<p>05.00 Телеканал Доброе утро. 09.00 Новости. 09.25 Телеканал Доброе утро. 09.55 Модный приговор. (6+) 10.55 Жить здорово! (16+) 12.00 Новости. 12.15 Время покажет. (16+) 15.00 Новости. 15.15 Давай поженимся! (16+) 16.00 Мужское / Женское. (16+) 17.00 Время покажет. (16+) 18.00 Вечерние новости. 18.30 На самом деле. (16+) 19.40 Пусть говорят. (16+) Говорят, что словом делу не поможешь, но программа «Пусть говорят» это опровергает. Настоящие, невыдуманные истории людей задевают больше, чем пафосные рассуждения на общие темы, потому что вынося на обсуждение частную проблему отдельного человека, отдельной семьи, мы говорим о том, что волнует всех без исключения.</p> <p>21.00 Время. 21.30 ТЕСТ НА БЕРЕМЕННОСТЬ. СЕРИАЛ. (16+) 23.25 Вечерний Ургант. (16+) 00.00 Борис Щербаков. Мужчина особого обаяния. (12+) 01.00 На самом деле. (16+) 02.05 Время покажет. (16+) 03.00 Новости.</p>	<p>04.00 Утро России. 08.00 Вести. 08.25 Утро России. 08.55 О самом главном. (12+) 10.00 Вести. 10.25 Вести. Калининград. 10.45 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+) 11.50 60 Минут. (12+) 13.00 Вести. 13.25 Вести. Калининград. 13.45 Кто против? (12+) 16.00 Вести. Калининград. 16.25 Андрей Малахов. Прямой эфир. (16+) 17.50 60 Минут. (12+) 19.00 Вести. 19.45 Вести. Калининград. 20.10 Местное время. 21.00 ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-19. СЕРИАЛ. (12+) 23.15 Вечер с Владимиром Соловьевым. (12+) 02.00 ЛИЧНОЕ ДЕЛО. СЕРИАЛ. (16+) В суде ходят слухи о том, что Самойлов влюбился: разительные перемены, произошедшие с прокурором, очевидны - не пьет, аккуратен, следит за внешним видом. К Федорову в кабинет является Горбачук, между следователями проходит неприятный разговор, который заканчивается взаимными угрозами...</p>	<p>05.00 Утро. Самое лучшее. (6+) 07.05 Мальцева. (12+) 08.00 ВЫСОКИЕ СТАВКИ. РЕВАНШ. СЕРИАЛ. (16+) 09.00 Сегодня. 09.20 ВЫСОКИЕ СТАВКИ. РЕВАНШ. СЕРИАЛ. (16+) 12.00 Сегодня. 12.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие. 13.00 Место встречи. 15.00 Сегодня. 15.25 Следствие вели... (16+) 16.10 ДНК. (16+) 17.10 ПЕС. ХУД. ФИЛЬМ. (16+) 18.00 Сегодня. 18.40 ПЕС. ХУД. ФИЛЬМ. (16+) 20.00 ПЕС. ХУД. ФИЛЬМ. (16+) 22.15 Своя правда с Романом Бабаяном. (16+) 23.15 Сегодня. 23.20 Сегодня. Спорт. 23.25 Однажды... (16+) 00.10 Место встречи. (16+) 02.20 Их нравы. (0+) 02.30 УЧАСТКОВЫЙ. СЕРИАЛ. (16+) Преступники ночью вскрывают в кабинете Шахова сейф «нового поколения» с секретным замком. Похищены деньги и важные документы. Громов выясняет, что кража была из числа серийных: банда воров демонстрирует чудеса неуловимости...</p>	<p>05.00 Настроение. 07.10 Доктор И... (16+) 07.45 ДОБРОВОЛЬЦЫ. ХУД. ФИЛЬМ. (0+) 09.35 Элина Быстрицкая. Свою жизнь я придумала сама. Док. фильм. (12+) 10.30 События. 10.50 КОЛОМБО. СЕРИАЛ. (12+) 12.35 Мой герой. Татьяна Абрамова. (12+) 13.30 События. 13.50 Город новостей. 14.05 МИСС МАРПЛ АГАТЫ КРИСТИ. СЕРИАЛ. (12+) 16.00 Естественный отбор. (12+) 16.50 События. 17.10 ВЫСТРЕЛ В СПИНУ. ХУД. ФИЛЬМ. (12+) 19.00 Наш город. Диалог с мэром. Прямой эфир. 20.00 Хроники московского быта. Советский рай. (12+) 21.00 События. 21.30 Линия защиты. (16+) 22.05 Прощание. Ольга Аросева. (16+) 23.00 События. 23.35 Петровка, 38. (16+) 23.55 90-е. Шуба. (16+) 00.45 МЕНЯ ЭТО НЕ КАСАЕТСЯ... ХУД. ФИЛЬМ. (12+) 02.35 Ералаш. (6+)</p>	<p>05.00 Академия моды. (16+) 05.30 Новости Каскад. 05.50 Прогулки с А. Кропоткиным. (12+) 06.00 ЛОЖКА МИРА. (16+) 06.30 СЕНЯ-ФЕДЯ. СЕРИАЛ. (16+) 07.05 КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ. СЕРИАЛ. (16+) 08.10 Уральские пельмени. Смехbook. (16+) 08.45 ВКУС ЖИЗНИ. ХУД. ФИЛЬМ. (12+) 10.55 ПРЕДЛОЖЕНИЕ. ХУД. ФИЛЬМ. (16+) 13.05 ОТЕЛЬ ЭЛЕОН. СЕРИАЛ. (16+) 18.00 КУХНЯ. ВОЙНА ЗА ОТЕЛЬ. СЕРИАЛ. (16+) 19.00 ОХОТНИК ЗА ГОЛОВАМИ. ХУД. ФИЛЬМ. (16+) 21.15 ПРИТВОРИСЬ МОЕЙ ЖЕНОЙ. ХУД. ФИЛЬМ. (16+) 23.35 ПОЛИЦЕЙСКИЙ ИЗ БЕВЕРЛИ ХИЛЛЗ-2. ХУД. ФИЛЬМ. (16+) 01.30 Супермамочка. (16+) 02.20 6 кадров. (16+) 02.50 МОЛОДЕЖКА. СЕРИАЛ. (16+) 03.35 ВЫ ВСЕ МЕНЯ БЕСИТЕ. СЕРИАЛ. (16+) 04.00 Ералаш. (0+) 04.30 Подорожники. (16+)</p>
МАТЧ! Матч ТВ	5 Петербург 5 канал	РЕН-ТВ	Ю Ю	РОССИЯ К Культура
<p>06.00, 07.55, 10.00, 12.45, 14.50, 16.20, 18.55 Новости. 06.05, 10.05, 14.55, 16.25, 23.55 Все на Матч! 08.00 Футбол. Лига чемпионов. Челси (Англия) - Лилль. (0+) 10.45 Футбол. Лига чемпионов. Аякс (Нидерланды) - Валенсия (Испания). (0+) 12.50 Футбол. Лига чемпионов. Интер - Барселона (Испания). (0+) 15.30 Бенфика - Zenit. Live. (12+) 15.50 Город футбола. Мадрид. (12+) 16.55 Футбол. Юношеская лига УЕФА. Атлетико (Испания) - Локомотив. 19.00 Все на футбол! 19.45 Футбол. Лига чемпионов. Шахтер (Украина) - Аталанта. 21.50 Футбол. Лига чемпионов. Атлетико (Испания) - Локомотив. 00.30 Баскетбол. Кубок Европы. Локомотив-Кубань (Россия) - Партизан (Сербия). (0+)</p>	<p>04.00 Известия. 04.40 ТАКАЯ РАБОТА. ХУД. ФИЛЬМ. (16+) 06.00 ИНСПЕКТОР КУПЕР. ХУД. ФИЛЬМ. (16+) 08.00 Известия. 08.25 ВЫШИБАЛА. ХУД. ФИЛЬМ. (16+) 12.00 Известия. 12.25 ИНСПЕКТОР КУПЕР-2. ХУД. ФИЛЬМ. (16+) 17.30 Известия. 18.00 СЛЕД. СЕРИАЛ. (16+) 21.15 СЛЕД. СЕРИАЛ. (16+) 22.05 БАРС. ХУД. ФИЛЬМ. (16+) 23.00 Известия. Итоговый выпуск. 23.25 СЛЕД. СЕРИАЛ. (16+) 00.10 ДЕТЕКТИВЫ. СЕРИАЛ. (16+) 00.40 ДЕТЕКТИВЫ. СЕРИАЛ. (16+) 01.15 ДЕТЕКТИВЫ. СЕРИАЛ. (16+) 01.40 ДЕТЕКТИВЫ. СЕРИАЛ. (16+) 02.10 Известия. 02.20 СЕМЬ ЖЕН ОДНОГО ХОЛОСТЯКА. ХУД. ФИЛЬМ. (16+)</p>	<p>06.00 С бодрым утром! (16+) 07.30 Новости. (16+) 08.00 Засекреченные списки. Документальный спецпроект. (16+) 10.00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым. (16+) 11.00 Информационная программа 112. (16+) 11.30 Новости. (16+) 12.00 Загадки человечества с Олегом Шишкиным. (16+) 13.00 Невероятно интересные истории. (16+) 14.00 Засекреченные списки. Документальный спецпроект. (16+) 15.00 Информационная программа 112. (16+) 15.30 Новости. (16+) 16.00 Тайны Чапман. (16+) 17.00 Самые шокирующие гипотезы. (16+) 18.00 Информационная программа 112. (16+) 18.30 Новости. (16+) 19.00 ЦЕНТУРИОН. ХУД. ФИЛЬМ. (16+) 21.00 Смотреть всем! (16+) 22.00 Новости. (16+)</p>	<p>04.00 Адская кухня. (16+) 06.15 В теме. (16+) 06.40 Папа попал. (12+) 09.30 В теме. (16+) 10.00 Беременна в 16. (16+) 11.05 Мастершеф. (16+) 14.20 Моя свекровь - монстр. (16+) 16.30 Беременна в 16. (16+) 19.30 Мастершеф. (16+) 22.25 В теме. (16+) 22.55 МЫСЛИТЬ КАК ПРЕСТУПНИК. СЕРИАЛ. (16+) 01.30 На 10 лет моложе. (12+) Герои этой передачи пришли за помощью, потому что они выглядят намного старше своих лет. Как же так случилось? 01.55 Адская кухня. (16+)</p>	<p>06.30, 09.00, 14.00, 18.30, 22.40 Новости культуры. 06.35, 12.25, 19.45 Цивилизации. Док. фильм. 07.35 Театральная летопись. 08.00, 11.00 Цвет времени. 08.10, 21.25 ЛЮДМИЛА ГУРЧЕНКО. СЕРИАЛ. 09.15 Наблюдатель. 10.10 ХХ век. 11.10, 17.15 Что делать? 11.55 Провинциальные музеи России. Салехард. 13.30, 22.10 Завтра не умрет никогда. Док. фильм. 14.10 Новости. Подробно. Кино. 14.25 Библейский сюжет. 14.55 Сати. Нескучная классика... 15.35 Настоящее-прошедшее. Док. фильм. 16.05 Мастера исполнительского искусства. 18.00 Уроки русского. Чтения. 18.45 Главная роль. 19.05 Правила жизни. 19.30 Спокойной ночи, малыши! 20.45 Абсолютный слух. 23.00 Да судимы будете!</p>

В программе возможны изменения по не зависящим от редакции причинам.

БОЕВИК Великобритания - Франция - США, 2009

«ЦЕНТУРИОН» (16+)

Действие разворачивается в 117 году. Главный герой - Квинтус Диас - единственный человек, уцелевший после налёта пиктов на пограничную римскую крепость. Вместе с легендарным Девятым легионом он отправляется на север, чтобы стереть с лица земли пиктов и уничтожить их предводителя, Горлаксона.

Режиссер - Нил Маршалл.
В главных ролях: Майкл Фассбендер, Доминик Уэст, Ольга Куриленко.



СРЕДА, 19.00

БОЕВИК США, 1987

«ПОЛИЦЕЙСКИЙ ИЗ БЕВЕРЛИ-ХИЛЛЗ-2» (16+)

Продолжение подвигов по поимке преступников веселого и находчивого полицейского Акселя. Сексапильная блондинка вместе с группой гангстеров грабит ювелирный магазин. Но неутомимый Аксель тут как тут, на страже порядка и закона.

Дальше, как и положено в полицейской комедии, динамичный сюжет раскручивается все в более и более быстром темпе, погони и перестрелки следуют одна за другой, лихой мордобой сменяют смешные, хотя порой и грубоватые шутки.

Режиссер - Тони Скотт.
В главных ролях: Эдди Мёрфи, Джадж Райнхолд, Джон Эштон.



СРЕДА, 23.35

Егор АРЕФЬЕВ

Анна КОВАЛЬЧУК:

Кто же знал, что у следствия будет еще столько тайн?

В эфир вышел 19-й сезон детективной саги «Тайны следствия», в которой актриса вновь играет главную роль.

Сотрудница Следственного комитета Мария Швецова возвращается к исполнению служебных обязанностей. Впереди новые трупы, новые злодеи и, возможно, новая любовь.

- Могли вы представить в 2000 году, когда съемки стартовали, что «Тайны следствия» затянутся почти на 20 лет?

- Нет, конечно. Нам сказали, что это будет небольшой сериал, сняли всего четыре серии. Кто ж знал, что это продлится так долго? У меня уже дочь выросла за это время.

- Помните первый съемочный день?

- Это был январь, самое холодное время в Питере. Мы по сюжету толкали машину вдоль какой-то трассы, ехали на эксгумацию на кладбище. И рядом со мной сидел мой друг Андрей Шарков (судмедэксперт

Панов) и плакал: «За что мне это?!» А режиссер ответил: «За деньги, Андрюша».

Было трудно. Помню пилотные серии, я еще забеременела и думала: «Слава богу, все это закончилось».

- Теперь вышел 19-й сезон. Как визуально меняется Швецова?

- В прошлом сезоне я была блондинкой. Мне хотелось этого 19 лет! И вот я совершила революцию, а продюсеры меня поняли: «Ты лучше других чувствуешь этот сериал. Перекрасивайся».

- Вечером вы играете в театре, утром едете на съемки раскапывать трупы. Как жить в таком дисбалансе?

- Никакого дисбаланса нет. У меня есть еще куча дел в перерывах между работой. И самое главное - время, которое я провожу с семьей, это недолгий, но насыщенный

В новых сериях Швецова вернется к привычному темному цвету волос и, возможно, встретит свою любовь.



Канал «Россия 1»

и глубокий отрезок. Когда мне нужно позаботиться о старшей дочери, младшего сына собрать в школу и проверить уроки, а еще у нас четверо домашних питомцев. Приготовить еду, прибраться в доме, следить за тем,

чтобы было чисто. Вот это моя главная работа.

- Как-то вы говорили, что ваша дочь, которая в сериале тоже играет дочь вашей героини, не любит съемки. А сейчас?

- Злата любит сниматься, потому что у нее есть друг - конь, кото-

рого надо содержать, поэтому гонорары уходят в основном на него. Но нельзя сказать, что она горит актерской профессией, иначе она бы пошла учиться в те-



Канал «Россия 1»

Злата уже давно играет в «Тайнах» вместе с мамой, но становиться актрисой не планирует.

атральный вуз, а не на юридический факультет с изучением китайского языка.

- Сын раньше занимался дзюдо...

- После дзюдо Добрыня занимался акробатикой на батуте, а теперь играет в большой теннис. И в «Динамо» у него практически профессиональные тренировки по баскетболу.

РОССИЯ 1 «Тайны следствия-19». Понедельник - пятница, 21.00.

ЧИТАЙ, ЗВОНИ, ВЫБИРАЙ!

Рекламные объявления

СТРОИТЕЛЬНЫЕ И РЕМОНТНЫЕ УСЛУГИ

АККУРАТНЫЕ отделочные работы: потолки, стены, полы, гипсоплита, шпаклевка, обои, плитка, ламинат. Замена сантехники, электрики. Помощь и скидки при закупке и доставке материалов. Тел. (4012) 77-85-45.

АВАРИЙНЫЕ работы по котлам, электро- и газоплитам, электрике, сантехнике, водопроводу, канализации. Круглосуточно и без выходных. Тел. 8-967-353-63-62.

ДОМАШНИЙ мастер. Все - от мелочей до глобального ремонта. Круглосуточная помощь, электрика, сантехника, котлы, колонки, бойлеры, отопление. Без выходных. Тел. (4012) 62-10-61.

РЕМОНТ квартир. Тел. 8-902-423-55-24.

АВАРИЙНАЯ по котлам, колонкам, по сантехнике, электрике, водопроводу. Круглосуточно. Тел. (4012) 37-38-90.

ИЩУ

ОТДЕЛОЧНИК-УНИВЕРСАЛ ищет работу у частного лица. Тел. 8-902-422-65-77.

ОТДЕЛОЧНИК-УНИВЕРСАЛ ищет работу. Тел. 8-900-354-07-90.

РАБОТА ТРЕБУЮТСЯ

РАБОТА для военных пенсионеров. Тел. 8-911-865-27-48.

РАБОТА, подработка. Тел. 8-903-042-58-35.

РАБОТА уволенным и сокращенным. Тел. 8-950-670-42-26.

ВОЕННЫМ пенсионерам. Тел. 8-981-468-74-48.

ВОЕННЫМ, госслужащим. Работа. Тел. (4012) 50-90-32.

ПОДРАБОТКА пенсионерам. Тел. 8-952-798-29-61.

ДИСПЕЧЕР - администратор. Прием заказов по телефону. Тел. 8-911-865-27-48.

СОТРУДНИКИ в офис. Тел. 8-911-073-71-06.

РАБОТА отставникам и пенсионерам. Тел. 8-960-478-06-61.

СКЛАДСКОЙ сотрудник. Тел. 8-906-233-80-33.

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА, РЕМОНТ

РЕМОНТ холодильников на дому. Гарантия. «Рембыттехника». Без выходных. Тел.: (4012) 39-19-49, 8-921-710-01-43.

Юридическое бюро Гавриш О.А.

- Калининград
- Москва
- Салехард
- Петропавловск-Камчатский
- Крым
- Гданьск
- Вашингтон
- Торунь

Рад оказать помощь и провести судебное дело по всей территории России и Европы, в том числе с помощью интернета.

Оплата услуг до 0,5 года
+ 7 963 2 918 945

gavrish1691@gmail.com
www.aviacenter-invest.kalg.ru



По вопросам размещения рекламы в рубрику обращаться по телефону: (4012) 530-500. Модульная реклама: (4012) 310-340

КАЧЕСТВЕННЫЙ ремонт холодильников и стиральных машин, на дому, без вывоза. Без выходных. Гарантия. Выезд в область. Тел.: (4012) 52-11-17, 8-929-161-45-44.

ЗНАКОМЫЙ компьютерщик Григорий. Все районы города. Приеду быстро. Высшее образование.

вание. Опыт работы 7 лет. Выдам квитанцию. На все работы гарантия. Тел. 8-906-230-11-79.
«ВИЛСОН СЕРВИС». Ремонт бытовой техники: TV, ноутбуки, микроволновки и др. тел. (4012) 39-19-49.

КОМПЬЮТЕРНАЯ помощь любой сложности: восстановление

данных, замена матриц, установка программ, модернизация, удаление вирусов и баннеров. Профессионально. Выезд - бесплатно. Тел. 8-911-862-45-21.

РЕМОНТ стиральных машин на дому. Гарантия. «Рембыттехника». Без выходных. Тел.: (4012) 39-19-49, 8-921-710-01-43.

Хотите поздравить своих близких со знаменательной датой?

Стоимость поздравления от 540 руб

Сделайте это вместе с «Комсомольской правдой»!!!
Тел. (4012) 310-340.

Туристическая фирма 1000 Дорог
37-67-76 Елена, 92-60-61 Эля
http://vk.com/kld_tur39

3-4 января Новогодняя ВАРШАВА стоимость: 4 800 руб.

ЕЖЕНЕДЕЛЬНЫЕ АВТОБУСНЫЕ ТУРЫ

ЕЖЕНЕДЕЛЬНЫЕ АВТОБУСНЫЕ ТУРЫ
оформление ВИЗЫ под тур

Туристическая фирма 1000 Дорог
37-67-76 Елена, 92-60-61 Эля
http://vk.com/kld_tur39

«ПОЛЕЗНЫЕ СТРАНИЦЫ»
РАЗМЕСТИТЬ ОБЪЯВЛЕНИЕ ОЧЕНЬ ПРОСТО!

Обратиться в рекламную службу «Комсомольской правды» или в Городской информационный центр по адресу: Калининград, ул. Рокоссовского, 16/18.

Стоимость 1 строчного объявления в толстухе: **29 руб. 1 слово**
Стоимость 1 строчного объявления в ежедневном выпуске: **9 руб. 1 слово**
Выделение рамкой или выворотка (белые буквы на черном фоне)
+ 100% стоимости объявления

По-прежнему бесплатные объявления в разделы: животные и поиск работы можно дать по телефону (4012) 310-340

БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»



Юлия ПУЖЕЛЬ, Красноярск:

- Чем больше знакомлюсь с людьми, тем больше знакомлюсь с собой. Артист по жизни. Люблю музыку, людей и звезды.

Комментирует
стилист-имиджмейкер
Вика МАЙОРОВА:

- Обувь и сложное платье не сочетаются между собой. Лаконичные черные туфли или босоножки в этом случае подойдут больше.

Письма с фото присылайте по адресу:

«Комсомольская правда», Старый Петровско-Разумовский проезд, д. 1/23, стр. 1, Москва, 127287.

На конверте напишите: «Будь стильной с «КП»». Или на e-mail: miss@kp.ru. Голосуйте за понравившуюся вам участницу на нашем сайте kp.ru в разделе «Будь стильной с «КП»»



Мария ЛЕНЦ/«КП» - Красноярск

АНЕКДОТЫ В НОМЕР

Дедушка очень любил рассказать внуку страшную сказку на ночь.

Внук этого не любил. Но пока дедушка был сильнее.

* * *

Журналист берет интервью у миллиардера:

- Скажите, что помогло вам добиться успеха?

- Убеждение, что деньги сами по себе не играют никакой роли. Важна только работа.

- И это помогло вам разбогатеть?

- Нет, я разбогател, когда сумел убедить в этом подчиненных.

* * *

Подтяжка лица - это молодость, притянутая за уши.

* * *

- Обращаться с девушкой надо аккуратно, как с елочкой.

- Вырубить и привезти домой?

* * *

Студентка Люся выучила все билеты по логике и стала женщиной.

* * *

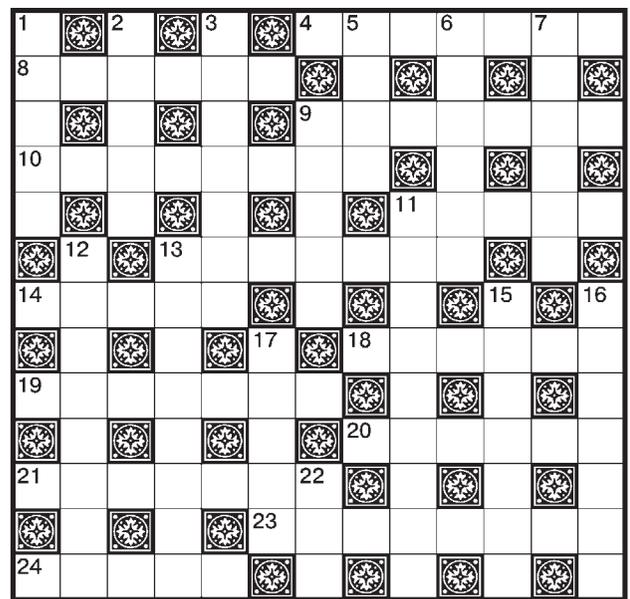
В рамках курса на экономию бюджета на машины чиновников будут установлены энергосберегающие мигалки.

Оставьте свой анекдот на сайте kp.ru в рубрике «Анекдоты!»

Весь архив анекдотов от «КП» - на kp.ru



КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Фраза, «обглоданная до мысли». 8. Английский сержант. 9. «Гирька рыбака». 10. «Зачем твой дивный ... рисует мой арапский профиль?». 11. Потомки древних египтян. 13. Выдвигающийся плавник. 14. «Вечно ... подавать раздувалам жарких сплетен». 18. Венгерский актер, ставший первым любовником Айседоры Дункан. 19. Кто уволил около двадцати солисток из группы «ВИА Гра»? 20. Мечтательница об алых парусах. 21. Избыток поваренной приправы. 23. «... у нас хорошая - болезни плохие». 24. Рентген пространства.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. «Или попросту ... однажды присядет к тебе на порог». 2. Чему посвящен ситком «Фитнес»? 3. Какой великий трансплантолог утверждал, что ему не присудили

Нобелевскую премию, поскольку он был белым южноафриканцем? 5. «Внутренний мир» пельменя. 6. ... завалов после урагана. 7. Что манит старателей? 9. «Графский лес» на современной карте Нидерландов. 11. Какому политическому деятелю Марина Цветаева посвятила такие строки: «И кто-то, упав на карту, не спит во сне. Повяло Бонапартом в моей стране»? 12. Какая актриса пробовалась на главную роль в телефильме «Чародеи»? 13. Кто написал сценарий к фильму «Джентльмены удачи»? 15. Заморский драчун и скандалист в одном лице. 16. В каком городе происходит роковая презентация из романа «Происхождение»? 17. Из-за чего медвежатник под статьей ходит? 22. Кто решил отойти от дел в болгарской сказке «Кто генерал зверей?»

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД: 4. Афоризм. 8. Кариш. 9. Гайт. 11. Керенский. 12. Корневая. 13. Токарева. 15. Дюбуашир. 16. Бивляк. 17. Вязом. 22. Лев. 23. Фарт. 24. Радар. **ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1. Скука. 2. Спорт. 3. Барнард. 5. Фарах. 18. Венгер. 19. Металде. 20. Ассоль. 21. Медведка. 23. Триггер. 14. Повод. 24. Рентген.

Прогноз погоды на завтра, 11 декабря

	ночью	днем
Калининград	-2...-1	0...+2
Советск	-3...-1	0...+1
Балтийск	+1...+2	+2...+3
Правдинск	-3...-1	0...+1
Светлогорск	0...+1	+2...+3
ясно	☀️	☁️ пасмурно
дождь	☔️	☁️ снег

Давление - 762 мм рт. ст. (норма 760)

Относительная влажность воздуха 79 (норма 75)

Ветер южный, умеренный, 3-6 м/с

Восход - 08.50 Луна
Закат - 16.11 во второй четверти

Позвоните в «Комсомолку»!



НАМ ВАЖНО ВАШЕ МНЕНИЕ

Звоните в МОСКВУ

Хотите высказаться о материалах сегодняшнего номера? Подскажите тему для публикации?

(495) 777-02-82

по рабочим дням с 10.00 до 18.00, время московское

8-800-200-00-57

Для жителей России и абонентов мобильной связи этот номер телефона - БЕСПЛАТНЫЙ

Для быстрого доступа на сайт просканируйте QR-код с помощью смартфона



Звоните в Калининград

Хотите обсудить заметки о нашем городе, поделиться новостью с другими калининградцами?

Звоните в редакцию «КП» - Калининград

с 9.00 до 18.00 (время местное) по рабочим дням:

(4012) 310-350

Напишите отзыв на kp.ru

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
Шеф-редактор А. ГАМЕЛИН.

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:
О. НОСОВА (первый зам. главного редактора), А. ДЯТЛОВ (зам. главного редактора), Л. ЗАХАРОВ (зам. главного редактора).

П. САДКОВ (зам. главного редактора), Е. САЗОНОВ (зам. главного редактора), А. СЕМЕНЦОВ (зам. главного редактора), А. СЕДОВ (редактор отдела политики)

НАШ АДРЕС: «Комсомольская правда», Старый Петровско-Разумовский проезд, д. 1/23, стр. 1, 6-й этаж, Москва, 127287. Ценные почтовые отправления не доставляются. **ТЕЛЕФОНЫ:** отдел связи с читателями - (495) 777-02-82, факс - (495) 637-64-22; e-mail: kp@kp.ru; Web-сервер: www.kp.ru; отдел рекламы тел.: (495) 777-02-82; e-mail: advert@kp.ru; служба распространения - (495) 777-02-82

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индексы 50057, 31470, 32353. Тип. №

Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30

ISSN 0233-433X

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2019», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.

Тираж этого номера: 201 165 экз.

Цена договорная

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



Учредитель, редакция и издатель газеты - АО «Издательский дом «Комсомольская правда».
Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.

РЕДАКЦИЯ И ИЗДАТЕЛЬ РЕГИОНАЛЬНОГО ВЫПУСКА ООО «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА» - КАЛИНИНГРАД

Генеральный директор ООО «Комсомольская правда - Калининград» - Екатерина Апанавичене.
Главный редактор газеты - Денисенков А. А.
E-mail: gazeta@kp-kaliningrad.ru

Отпечатано в типографии ООО «Янтарный оттиск»: 236034, Калининград, улица Подполковника Емельянова, 230 Б. Заказ 2394.
Тираж регионального выпуска: 3922 экз.
Все рекламируемые товары и услуги имеют необходимые лицензии и сертификаты.
Подписные индексы 50057, 84750, 50176, 32353, 32354. № 140 (27066)
Время подписания в печать по графику - 21.30, фактически - 21.00.
Дата выхода в свет - 11.12.2019 г. Цена свободная.

Газета «Комсомольская правда - Калининград» зарегистрирована 6.04.2009 г. в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи и массовых коммуникаций по Калининградской области, свид. ПИ № ТУ 39-00037, учредитель - ООО «Комсомольская правда - Калининград».

В морозные зимние дни ни первые простуды, ни симптомы хронической усталости не избавляют нас от необходимости постоянно спешить и все успевать - кому-то нужно срочно подготовиться к многочисленным праздникам, кого-то ждут финансовые и налоговые отчеты. Поэтому, чтобы встретить повышенную нагрузку во всеоружии, мы привычно запасаемся своими любимыми мультивитаминами.

Но, возможно, пора сменить фаворитов. Ведь в последние годы было проведено множество исследований и внедрено множество технологических решений, благодаря которым современные витамины могут дать нам гораздо больше, чем раньше.

Часов не наблюдая

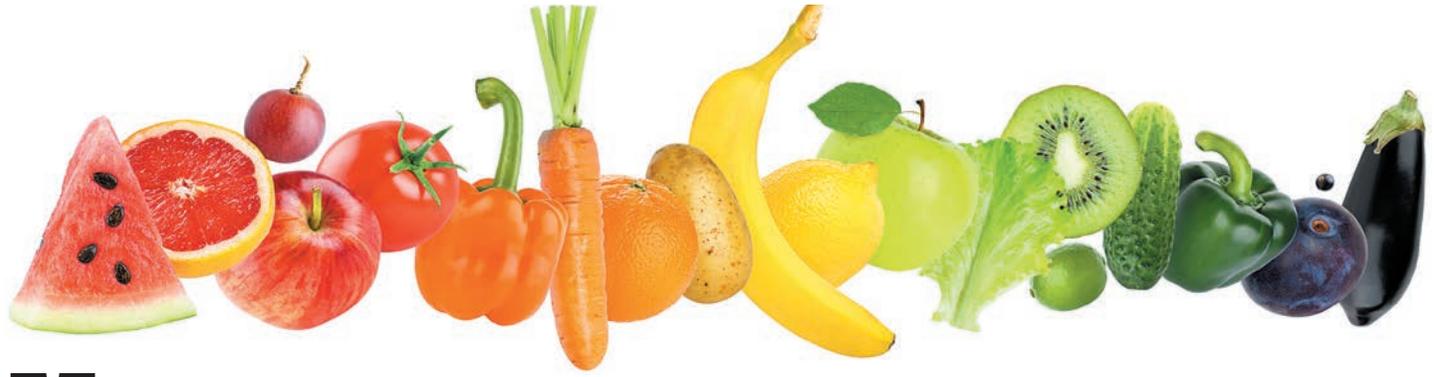
Мы привыкли, что витамины надо принимать дважды в день, утром и вечером. Это позволяет поддерживать их необходимую концентрацию в крови. Особенно это касается водорастворимых витаминов, которые быстро всасываются в кишечнике и быстро метаболизируются. Например, при приеме витамина С уже через полчаса наступает заметный подъем уровня, через 4 часа достигается его максимальная концентрация в крови, которая затем так же быстро уменьшается.

Однако занятые люди не всегда могут вовремя вспомнить о необходимости принять таблетку или капсулу. И даже если на помощь придут модные гаджеты с встроенной функцией напоминания, то в определенный момент бывает просто неудобно или невозможно оторваться от важных переговоров, мероприятий, выступлений или встреч. А попытка «наверстать упущенное», уменьшив интервал между таблетками или принимая две дозы в один раз, может вызвать раздражение слизистой и другие неприятные явления.

Таким образом, наш динамичный образ жизни диктует необходимость принимать витамины реже, но без негативных последствий. Ответом на этот запрос стало появление новых форм витаминов с замедленным высвобождением активных веществ, что обеспечивает поддержание их стабильной концентрации в крови и пролонгированный эффект. При этом абсорбция происходит на всем пути прохождения препарата по кишечнику, что позволяет отсрочить достижение пиковых концентраций до 8 - 12 часов, тем самым общее время действия таблетки будет составлять около суток.

От аллегро - к адажио

Формы с замедленной абсорбцией получили название ретардных (от лат. retardatio - замедление, задержка). Как это осуществляется на практике? Оказывается, методов для этого придумано немало. Например, можно скомпоновать таблетку послойно, причем слои действующего вещества будут чередоваться с «балластными» слоями. Можно заключить активную субстанцию в микрокапсулы или смешать ее с компонентами, замедляющими всасывание, или осадить на пористой основе-матрице, или связать со смолой, обладающей особыми электролитическими свойствами, которые влияют на ход процесса абсорбции... При этом скорость высвобождения можно уменьшать или увеличивать, меняя пространственные параметры - размеры частиц, толщину и количество слоев и т. д. И при необходимости даже можно выбрать, как эта скорость будет изменяться - будет ли вещество высвобождаться



Медленно и верно

Современные витаминные препараты больше не нужно принимать несколько раз в день строго по часам. Инновационные фармацевтические технологии обеспечивают постепенное и равномерное высвобождение активного вещества в течение долгого времени

равномерно, или периодически, или отсроченно. Таким образом, создавая современное витаминное средство пролонгированного действия, фармаколог-технолог планирует и схему его развертывания во времени - своего рода партитуру, подобно тому как композитор указывает в нотах, в каком темпе нужно играть его мелодию, где ускорить музыку, а где ее замедлить.

Очередность вместо конкуренции

У новейших витаминных препаратов есть еще одно серьезное преимущество: их сложная структура позволяет, меняя время высвобождения отдельных витаминов и минералов, решить ту проблему несовместимости ряда веществ между собой, которая до сих пор существенно снижала эффективность мультивитаминных препаратов.

Например, известно, что витамины желательнее принимать во время еды, поскольку пищеварительные соки способствуют их лучшему усвоению. Но при этом цинк замедляет всасывание аминокислот, т. е. прием во время завтрака или обеда таблетки мультивитамина с цинком значительно ухудшает усвоение нужных нам белков, которые и состоят из аминокислот. Также цинк во многих биохимических реакциях конкурирует с медью, а метаболизм меди, в свою очередь, замедляется в присутствии больших количеств витамина С. Поэтому действенность классических мультивитаминных препаратов постоянно находится в поле врачебных дискуссий, и существуют исследования, демонстрирующие их нейтральное или даже негативное влияние на организм.

Технология замедленного высвобождения активных субстанций позволяет создать препараты с сочетанием таких витаминов, которые до недавних пор считались несовместимыми. Рассмотрим, как это сделано, на примере витаминного комплекса «Арнебия Мультивитамин ретард» (выпускается в Германии). Этот препарат принимают 1 раз в день во время еды. Он рекомендуется в качестве дополнительного источника витаминов А, D₃, K₁ и ряда микроэлементов - железа, цинка, хрома, йода, селена, меди, марганца, молибдена. Как мы видим, в состав формулы введены только жирорастворимые витамины, причем витамин K₁ усиливает действие витамина D₃, благотворно влияя на идущее с его участием усвоение кальция и, следовательно, повышая качество костной ткани. Поэтому этот витамин особенно рекомендуется пожилым людям, страдающим

остеопорозом, остеохондрозом и другими патологиями опорно-двигательного аппарата. Еще одна важная функция витамина K₁ - усиление выработки тестостерона.

В состав комплекса входит и витамин А. Он также крайне полезен пожилым людям, поскольку является мощным антиоксидантом, улучшает зрение и повышает сопротивляемость инфекционным болезням. При этом витамин А препятствует проникновению витамина K₁ через клеточную мембрану, поэтому совместить эти два вещества в одном препарате можно только с помощью ретардной технологии.

Богатый микроэлементный состав комплекса «Арнебия Мультивитамин ретард» позволяет устранить многие элементдефициты, характерные для тех, кто питается продуктами быстрого приготовления или выращенными в промышленных условиях. Некоторые элементы «благосклонны» друг к другу: медь в небольших количествах улучшает усвоение железа, а цинк полезен для усвоения

марганца. Но антагонистов в таких комбинациях гораздо больше: цинк не сочетается с железом и медью, медь - с марганцем, железо - с хромом. До недавних пор рекомендовалось принимать несовместимые микроэлементы отдельно, следя, чтобы от приема предыдущего препарата прошло не менее 2 - 3 часов. А цинк врачи вообще рекомендовали пить на ночь, чтобы гарантировать, что другие элементы не вступят с ним в нежелательную реакцию.

Технология замедленного высвобождения позволяет разместить каждое вещество (или группу совместимых между собой веществ) в отдельном слое таблетки. Это обеспечивает необходимые временные интервалы между их попаданием в желудочно-кишечный тракт и делает прием витаминно-минерального комплекса «Арнебия Мультивитамин ретард» исключительно удобным и эффективным.

Подобные варианты замедленного высвобождения активных веществ встречаются также у депот-форм (например, у витаминного комплекса «Арнебия Цинк Депот», в котором цинк сочетается с ударными дозами витамина С, и который рекомендуется в качестве источника цинка и витамина С, особенно в период простудных заболеваний). Использование подобных средств - это современный способ дозированно поставить в организм необходимые вещества на целый день, не перегружая при этом слизистую оболочку кишечника и обеспечивая эффективность действия комплекса.

Илья ПЕТРОВ.



ARNEBIA

Арнебия Цинк Депот
Для укрепления иммунитета

В холодные месяцы цинк и витамин С – два самых важных вещества для поддержки иммунитета. Они стимулируют иммунную систему, помогая ей бороться с возбудителями инфекций. Не случайно современная медицина придает приему этих веществ столь большое значение.

Эти вещества в необходимой для поддержания здоровья дозировке входят в состав витаминного комплекса «Арнебия Цинк Депот», а специальная депот-форма отвечает за их постепенное высвобождение в организме и длительное действие комплекса. «Арнебия Цинк Депот» рекомендован как дополнительный источник витамина С и цинка.

Принимать витаминный комплекс «Арнебия Цинк Депот» рекомендуется взрослым по 1 капсуле в день во время еды, запивая жидкостью. Продолжительность приема – 1 месяц.

Регистрация

Регистрационное удостоверение
№ RU.77.99.11.003.E.012047.12.14
от 10.12.2014 г.



НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ