

На Кубани бойцам СВО подарили землю

Подробнее - на стр. 3 ▶



РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА

Краснодар 91,0 FM
Анапа 89,5 FM

Нарядную на праздник принесут. Дорого!

Кто пользуется услугой аренды елок? 13:00

radiokp.ru



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

КР. RU

4 300 000

уникальных посетителей за минувшие сутки

№ 100-с (27548-с) 2023 год



Основана в мае 1925 года

Среда
27 декабря

Газета нашего региона ★ Кубань

Как на Новый год в Краснодаре работают ярмарки и Японский сад

На Пушкинской площади умельцы со всего края предлагают подарки близким и фермерские продукты к праздничному столу. «Комсомолка» прошла по рядам и узнала, чем удивит эта торговля.

Читайте на стр. 2 ▶



Личная страница в соцсети Кати Лель



Ах ель, что за ель нарядила Катя Лель

Ирина ВИКТОРОВА

Оцениваем красоту, которую навели у себя дома знаменитости накануне Нового года..

Медийная персона без большой красивой елки - как ковбой без револьвера. Ребята, то есть коллеги, просто не поймут. Вот и соревнуются звезды, у кого дома елочка попышнее да побогаче. Кое-кто даже нанимает специалистов, наряжающих зеленые деревья по последней елочной моде.

Продолжение на стр. 22 ▶

Салют будет?

Ева МУР

В мэрии краевой столицы не запрещали фейерверки, а советовали их не запускать.

Использовать пиротехнику в новогоднюю ночь в Краснодаре не запрещено. Праздничные салюты просят не запускать власти Краснодара. Однако эти просьбы носят лишь рекомендательный характер, ответственности за запуск фейерверков в Новый год не предусмотрено.

- Запрета на использование пиротехники нет, но есть рекомендации отказать от праздничных салютов, - говорят в мэрии Краснодара.

Напомним, первым отказаться от фейерверков в Новый год призвал губернатор Краснодарского края Вениамин Кондратьев. Он сказал об этом во время своей «Прямой линии» 4 декабря жителю Новороссийска, который предложил применить такой запрет.

- Он введен с начала спецоперации. Но, тем не

менее, мы же за руку не будем хватать людей. Новый год, праздник. Здесь мы не раз уже с коллегами советовались, как это все остановить. Потому что мы создаем, на самом деле, большое беспокойство сотрудникам правоохранительных органов, спецслужб, вы сами понимаете, что такое фейерверк сегодня. Для них - абсолютно беспокойная ночь, и совсем не праздничная, - сказал Вениамин Кондратьев.

Глава региона попросил жителей ограничиться бенгальскими огнями.

Почему мы так часто цепляли заразу за заразой в 2023-м.



Читайте на стр. 18 ▶



Иван МАКЕЕВ

Николай ОБЕРЕМЧЕНКО

Заходи, торопись, покупай живопись...

Мария ЧАЛАЯ

В Краснодаре открылась Рождественская ярмарка.

На Пушкинской площади Краснодара 26 декабря открылась Рождественская ярмарка. На ней умельцы со всего края и из разных уголков России представили свою продукцию. На ярмарке можно купить подарки близким на Новый год, а также фермерские продукты к праздничному столу.

«Комсомолка» прошла по рядам и узнала, чем может удивить эта торговля.

ПРЯНЫЕ, РАСПИСНЫЕ, РУМЯНЫЕ

В южном городе сложнее создать предновогоднее настроение. Над Краснодаром нависло тяжелое серое небо, и оно будто отражается в окнах домов и в лужах. Поэтому усилия организаторов ярмарки нужно оценивать вдвойне положительно. Дух праздника точно можно почувствовать здесь, где торговые ряды буквально ломятся от ассортимента. Взгляд останавливается на самом ароматном и поистине новогоднем лакомстве - пряниках.

Эти пряники приехали на ярмарку из Геленджика. Для того чтобы приготовить одну штуку, нужно три дня. Сначала мы выпекаем их из теста, в которое кладем имбирь и мед. Затем им нужно остыть, далее идет глазурь и потом уже украшения, - рассказал продавец. На точ-



ке представлены пряники самых разных размеров. Можно купить как маленькую сладость на палочке, так и огромный подарочный пряник. Продавцы уверяют, что они не зачерствеют как минимум до Рождества, а подобный подарок может стать отличным сюрпризом.

С мнением продавца согласились и первые покупатели, семья Хитряк. Пара купила по небольшому прянику для своих двух дочерей.

- Дети сказали, что очень вкусно. Они довольны, а мы счастливы, - поделилась Эльмира.

АРОМАТНЫЕ ДОСКИ

Следующей точкой, привлекающей не только своей красотой, но и запахом, оказался стенд с товарами из дерева. Материал для изделий везется аж с Алтая, а уже на Кубани умельцы с помощью специальных станков вырезают на досточках самые разные орнаменты.



Зверушки - любимая тема рукоделов.

локация будет доступна для посещения с 11:00 до 23:30, 2 января можно зайти в зону отдыха с 8:00 до 23:30. С 3 января Японский сад открыт согласно зимнему расписанию: по будням с 7:30 до 23:30, в выходные с 7:00 до 23:30. Напомним, последняя выдача QR-кодов заканчивается за полчаса до закрытия локации.

Ожидаемо, что Японский сад станет одной из самых посещаемых локаций в новогодние праздники. Поэтому оставляем график работы локации на зимних каникулах.

31 декабря ворота сада будут открыты с 8:00 до 18:00, 1 января

При планировании посещения Японского сада стоит учитывать,

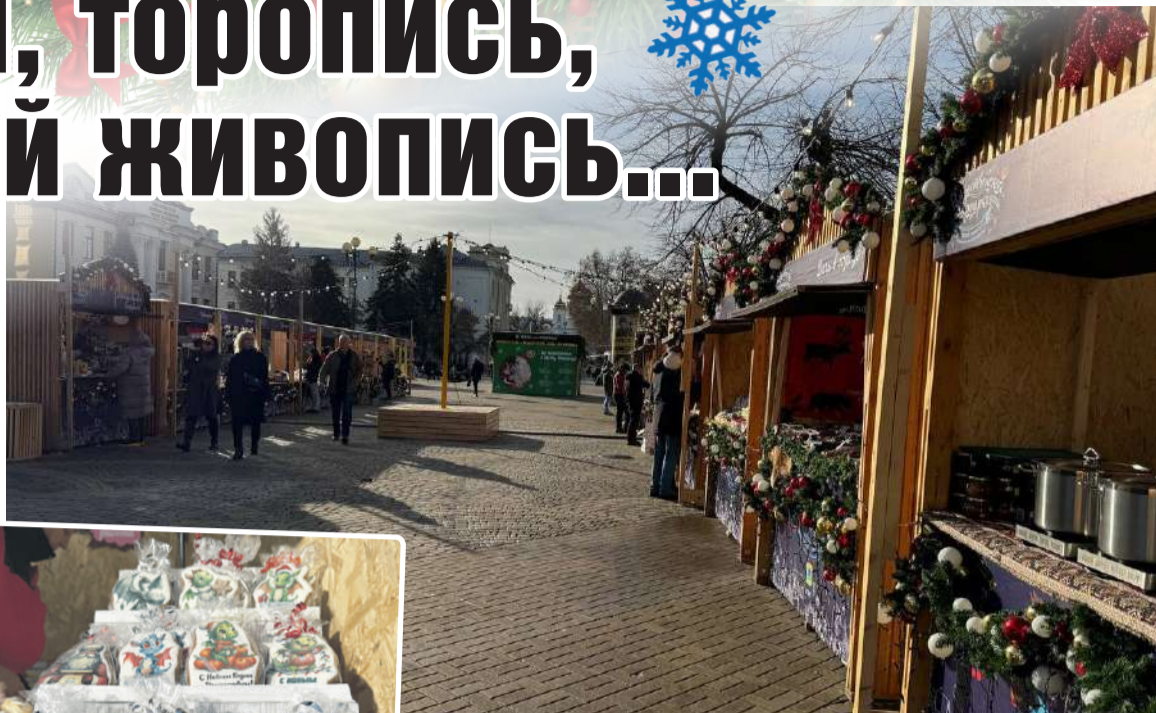
что в выходные дни, в том числе и праздничные, нагрузка на вход возрастает из-за посетителей, которые проходят без очереди по QR-кодам в ресторан или на мастер-классы. По прогнозам, начало января в Краснодаре будет дождливым. Но для японцев осадки символизируют различные аспекты их культуры, ассоциируются с очищением и обновлением. Считается, что дождь смывает негативные энергии и приносит свежесть и чистоту. Поэтому от-



Зимой японские мотивы особенно волшебны.

кладывать прогулку в пасмурный день не стоит, можно получить необычные атмосферные эмоции в одном из самых больших Японский садов за пределами

Страны восходящего солнца. И еще - обувь должна быть удобной, для полноты погружения придется много передвигаться в зоне отдыха по тропинкам из камня.



Лотки украшены новогодними гирляндами.

- Это делает мой сын, а я продаю. В основном мы производим доски и иконы из кедра. Его запах считается лечебным. Пока стоите, можете наслаждаться, - смешливо рассказал Владимир.

Помимо разделочных досок и икон, мужчина предлагает купить шкатулки из бересты и сундуки. Он уверяет, что запах от товаров будет радовать целый год и создавать в доме атмосферу тепла и уюта.

ОЖЕРЕЛЬЯ ИЗ БИСЕРА

Одним из самых красивых на ярмарке оказался стенд с товарами из бисера. Яркая женщина в красном пальто и с леопардовым шарфом скромно показала свою продукцию. - Я начала плести из бисера, когда мне было 70 лет. Сейчас мне 73, и я впервые решила показать людям, что делаю. Не буду же я на пенсии сидеть на шее у внуков! Хочется и самой какую-то копеечку заработать. Над ценами я, честно говоря, еще не думала. Пусть люди покупают, а я им уступлю, если что, - поделилась приветливая Нелли.

Нелли творит для прекрасных дам. В ассортименте у нее есть украшения в форме цветов, блестящие ободки, браслеты, колечки и даже броши

в форме георгиевских лент. Все это - эксклюзивная ручная работа, которая поможет дополнить любой образ, сделает его интересным и неповторимым.

ОБЕЗЬЯНКА ДЕД МОРОЗ

Все здесь напоминает сюжеты из сказок классиков. Как у Пушкина в «Царе Салтане», зывала предлагает если не на белку с орешками глазеть, то уж на современный лад - сделать фото с обезьянкой в костюме Деда Мороза.

- Подходите, подходите, сфотографирую вас с обезьянкой, - уговаривает он нас.

Борцов за права животных здесь мы пока не наблюдаем.

- Да вы не переживайте, это член моей семьи. Он живет лучше, чем многие домашние животные. Мы с ним все время играем, хорошо кор-

КСТАТИ Ряды пополняются

Организаторы обещают, что чуть позже здесь откроется фудкорт, винный дворик, фотозона, резиденция Деда Мороза и заработают аттракционы.

Проработает ярмарка до 8 января 2024 года. Она будет открыта каждый день с 10:00 до 22:00.

мим, он спокойно бегаёт по дому и волен делать все, что только пожелает. Иногда он фотографируется, но людей очень любит, а когда я замечаю, что он чуть устал, сразу везу назад, - убеждает в доброте своих намерений хозяин обезьянки.

СЛАДКАЯ БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ

Необычно выглядел еще один прилавок. Возле него мужчина в монашеской рясе по-хозяйски перебирал богатый ассортимент конфет. Мы направились к нему.

- Конфеты мы возим из Белоруссии. Там их изготавливают по советскому ГОСТу. Держите, попробуйте фирменную конфету, это очень вкусно, - предлагает тут же мужчина.

Шоколадная конфета с мелкими орехами внутри оказалась, и правда, очень вкусной.

- Нам конфеты продают по себестоимости. Вырученную разницу мы тратим на нужды храмов, делаем ремонт, просто поддерживаем жизнь, - поясняет монах.

Выбор конфет, которые они предлагают, просто огромен. На прилавке можно встретить продукты из белого, молочного и темного шоколада. Также конфеты с алкоголем, фруктовой начинкой и даже сахарозаменителем для диабетиков или худеющих.

ЦЕНЫ

- Пряники - 100 - 700
- Доски - 300 - 700
- Различные изделия из дерева - 600 - 3000
- Ожерелья из бисера - 500 - 1000
- Конфеты, кг - 1000 - 1300
- Шоколад - 100 - 150
- Глинтвейн - 300 - 450
- Фото с обезьянкой - 300

(* руб.) НАГЛЯДНО



Рустам НАРХОДЖАЕВ, «Комсомольская правда»

КСТАТИ

На новогодние праздники - в Японский сад

Галина КОПЫЛОВА

Как будет работать парк в Краснодаре.

Японский сад, как и весь парк «Краснодар», засиял яркими огнями перед новогодними праздниками. В закрытой локации все здания украсили ненавязчивой иллюминацией: гирлянды повесили на мост на большом озере Оике, засверкали крыши переходов, нити

с огоньками появились в ресторане, самую большую Башню Тахото также видно издалека даже ночью из-за праздничного освещения.

Ожидаемо, что Японский сад станет одной из самых посещаемых локаций в новогодние праздники. Поэтому оставляем график работы локации на зимних каникулах.

31 декабря ворота сада будут открыты с 8:00 до 18:00, 1 января

локация будет доступна для посещения с 11:00 до 23:30, 2 января можно зайти в зону отдыха с 8:00 до 23:30. С 3 января Японский сад открыт согласно зимнему расписанию: по будням с 7:30 до 23:30, в выходные с 7:00 до 23:30. Напомним, последняя выдача QR-кодов заканчивается за полчаса до закрытия локации.

При планировании посещения Японского сада стоит учитывать,

t.me/parkkrd

Новогодние подарки для военных

В Темрюкском районе на солдатском привале бойцов встречают Дед Мороз со Снегурочкой.

Оксана КАДОЧНИКОВА

Волонтеры из «Солдатского привала» в Темрюкском районе в каждый гуманитарный груз, который отправляют на передовую, кладут подарки. А чтобы бойцы СВО почувствовали приближение праздника, в поселке Светлый Путь собирают новогодние послания. В жестяных банках - сладости, письма с поздравлениями, а еще ангелы и Чебурашки. Игрушки-обереги своими руками делают дети в школах, а после передают добровольцам.

- Мы отправили несколько партий по 50 подарков. Покупаем за счет благотворителей - это, в основном,



Бойцы не останутся без подарков к Новому году.

жители нашего района. Хотя сам приносит продукты, кто-то перечисляет деньги, а мы уже приобретаем все необхо-

димое, - рассказала волонтер Валентина Веко.

«Солдатский привал» встречает бойцов, которые едут на СВО через Краснодарский край. Здесь обустроена кухня, где военнослужащие могут поесть домашней еды и просто отдохнуть. Каждый день сюда приезжает несколько десятков людей, а волонтеры-дежурные готовы угостить их чем-то вкусеньким.

- В канун Нового года мы встречаем ребят по-праздничному. Дед Мороз и Снегурочка поздравляют их с наступающим Новым годом, желают вернуться домой. Мы хотим поднять им настроение, показать, что они нужны нам. Ведь пока вся страна будет сидеть за праздничными столами в окружении близких, они будут в окопах защищать границы, - отмечает Валентина.

Кроме того, участники проекта регулярно отправляют на СВО домашнюю еду, приготовленную местными мастерицами. Это котлеты, салаты, мясо, пирожки. От жителей Темрюкского района они несколько раз доставляли технику на передовую.

А В ЭТО ВРЕМЯ

Землю - бойцам СВО

Оксана Владимирова

Она будет передана безвозмездно.

Накануне Нового года 50 участников СВО и их семьи получили бесплатные земельные участки в Крымске. Такой подарок сделали для военнослужащих предприниматели Михаил Примаков, его дочь Алевтина Скибицкая и волонтеры. Они собрали деньги на покупку гектаров у микрорайона «Надежда».

- Мы уже провели межевание. В скором времени здесь появится дорога и электричество. Так что бойцы смогут начать строительство собственных домов на трех сотках», - рассказала «КП»-Кубань один из организаторов благотворительной акции Алевтина Скибицкая. - Нам приятно таким образом отметить тех, кто отстаивает интересы нашей страны. Таким образом, мы хотим выразить нашу признательность и благодарность.

БРАТЯ ПО ОРУЖИЮ

Среди тех, кто получил документы на землю, казак Николай Кривоногов. Он отправился на СВО добровольцем



Участники СВО благодарят за щедрый подарок.

в апреле 2022 года, сейчас вернулся обратно в Крымск. Чтобы помочь боевому братству, продал свою квартиру и закупил снаряжение для товарищей.

- Для меня это полной неожиданностью, что мне подарили землю для строительства дома. Я как раз остался без жилья, поэтому это для меня большая поддержка. Подниму дом. Будут внуки в гости приезжать. Такой душевный подъем ощутил. Очень приятно, что люди не остаются в стороне, - говорит участник СВО.

ЦЕННЫЙ ПОДАРОК

26-летний Руслан Полесков сам приехать на вручение документов не смог - боец до сих пор находится в зоне СВО. Служит на запорожском направлении. Получить подарок за него приехала его семья - мама, жена и 1,5-годовалая дочь.

- Как узнал о начале СВО, сын сразу же пошел на пере-

довую. Всегда хотел носить фуражку, сказал, что не хочет оставлять наших пацанов. За все это время один раз отпустили в отпуск, дочь родилась без него, в зоне спецоперации он два раза отметил дни рождения, - признается мама бойца Елена Полескова.

Теперь семья ждет возвращения солдата. Планируют начать строительство собственного дома, где места хватит всем.

- Огромная благодарность меценатам, которые сделали нам такой подарок. В наше время - это редкость, когда люди за свой счет помогают другим, - отметила женщина.

ВАЖНО!

В ближайшее время землю для индивидуального строительства передадут еще 25 бойцам.



Год СВО

НОВИНКА



день за днем, плечом к плечу с героическими бойцами и простыми людьми глазами легендарного военкора «Комсомолки»



Покупайте со скидкой на shop.kp.ru

Валентин АЛФИМОВ,
Владимир ВОЛОШИН

Известный писатель и политрук полка особого назначения «Оплот», воюющего в зоне СВО, рассказал «КП» неизвестные подробности покушения на него в мае 2023-го. (Машина писателя была взорвана по пути в деревню в Нижегородской области, водитель погиб, сам Прилепин получил тяжелые ранения.)

ПУТЬ ОТХОДА ТЕРРОРИСТУ ПРОПИСАЛИ ИДЕАЛЬНО

- За покушение, Захар, не хочется отомстить? Украина проводит такие операции на территории противника, а Россия вроде бы нет... Почему?

- Ну, мы не террористы. Я-то как раз не являюсь сторонником зеркальных мер. У меня для этого в зоне СВО работают подразделения, и я, надеюсь, к ним вернусь. Не из мести даже, а для торжества справедливости. А найти кого-нибудь в Киеве и застрелить? Ну, бесовщина какая-то. Потому что надо брать города, искать вредоносных персонажей вроде Буданова (начальника

Захар ПРИЛЕПИН:

Мой убийца три раза ПОДХОДИЛ КО МНЕ В УПОР



Захар Прилепин не просто организовал в Донбассе уже два подразделения - «Оплот» и «Родня», он вместе с ними еще и воюет.

ГУР - военной разведки Украины. - Ред.) Думаю, он и подписал бумагу, согласно которой убили Дашу Дугину. Я все время пытаюсь вообразить этот момент. Я понимаю - мы мужики, с нами мож-

но воевать, можно, а иногда должно убивать по тем или иным причинам. Но девушку-то?! Он выбрал девушку 29 лет...

- В ее отца вроде целились. Как идеолога Русского мира.

- Нет, не в отца. Я разговаривал со следователями, которые ведут дело о попытке убить меня. И в числе всего прочего выяснил - человек, который работал по мне, Пермьяков, следил за мной полтора года. Он находился все это время в России, ему платили зарплату. Пермьяков этот сначала меня искал в Москве с огнестрельным оружием, которое здесь хранил в «кладке». Но он не смог меня в Москве убить - я все время с охраной был. Трижды ко мне подходил. Однажды, на фестивале в Воронеже, подходил ко мне в упор...

Потом ему сменили план, сказали - в деревню выезжай, начинай там готовиться. Забрали у него огнестрел, дали ему мины, тем более что им была известна моя машина.

Я стал дальше расспрашивать... И выяснилось, что, когда Пермьяков убежал с места преступления, все пути его отхода были просчитаны. В одном месте была заложена еда, в другом - одежда, в третьем - велосипед, на котором он должен был доехать до ближайшей станции, сесть на электричку и выехать за границу через Псков. Дорога была прописана идеально. Он

разломал и выкинул свой телефон...

ПЕРЕПИСКА С УКРАИНСКИМИ КУРАТОРАМИ

- Как же он попался?

- Он случайно вышел прямо на участкового - и тут же сломался. От перенапряжения во всем сразу же признался. И показал водоем, где телефон лежал. Спасибо офицерам, которые в ноябре ныряли в ледяную воду и нашли тот мобильник. Они его восстановили - там вся переписка с украинскими кураторами. И этого негодяя Шария, который периодически рассказывает «о странном убийстве Дугиной», я бы потыкал этим делом в лицо. С помощью него я понял, почему это с Дашей случилось. Украина с ее «хотим в Европу и кружевные трусики» болезненно относится к тому, что Европа вдруг узнает про иную реальность. И любые люди из России, которые имеют контакты с Европой, для них особенно неприятны, опасны. Даша Дугина собирала по 10 - 20 иностранных журналистов в Мариуполе, говорила на всех языках и проделывала мощнейшую работу по оповещению пула журналистов.

- Но ее отец тоже желанная цель.

- Конечно, ведь он в России культовый философ. Во многих странах мира, особенно в европейских, - фанклубы Дугина. Его читают просто как бога, считая главным мыслителем в мире. Но Дарья была главной целью, потому что она непосредственно работала в Донбассе.

«РОДНЯ» ВОЮЕТ

- Покушение на вас и появление спецподразделения «Родня» - связанные события?

- Мы расширились просто. Так получилось, что мое ранение привлекло ко мне еще какое-то количество людей, которые хотят связать судьбу с моими подразделениями. А так как мой «Оплот» - это Росгвардия, а туда не могут люди судимые попасть или с еще каким-то сложным бэкграундом, поэтому мы создали «Родню».

- Чем они сейчас занимаются?

- Воюют. У нас 9 человек потерь безвозвратных и возвратных. Сейчас они вышли с передовой, пусть отдохнут маленько.

ПРЕДЧУВСТВИЕ И КНИГА ПРО СОБАК

- Говорят, вы в больнице написали книгу?

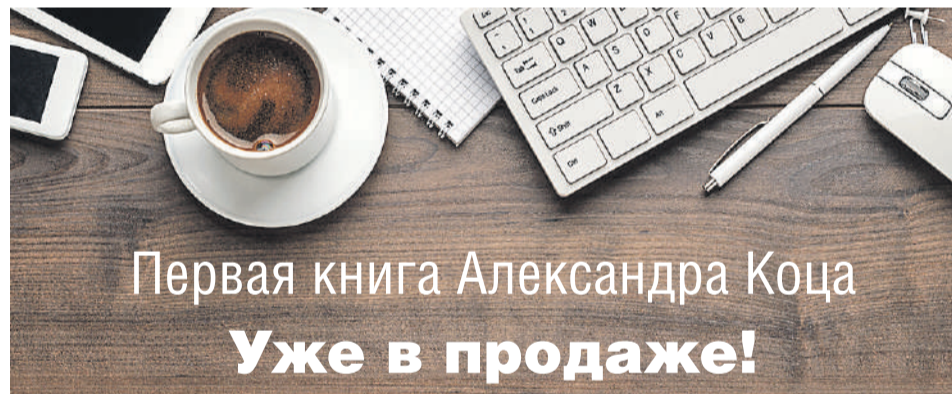
- Это неправда. Я закончил писать книгу «Собаки и другие люди» в ночь перед заездом в последнюю командировку в зону СВО. Я вообще не склонен к мистицизму, но у меня было очень четкое ощущение, что этот год я не переживу. Очень хорошо понимал - видимо, в этом году меня где-то грохнут наконец. И думаю: надо книгу успеть написать про собак. Они мне столько радости подарили в жизни...

Со дня на день должен был поступить приказ о заезде в зону СВО, и я писал, торопился, с утра до вечера. И уже в дороге, когда мы подъехали к границе Донбасса, ночью закончил. И отправил издателью.

А когда с фронта вернулся, через неделю меня подорвали.

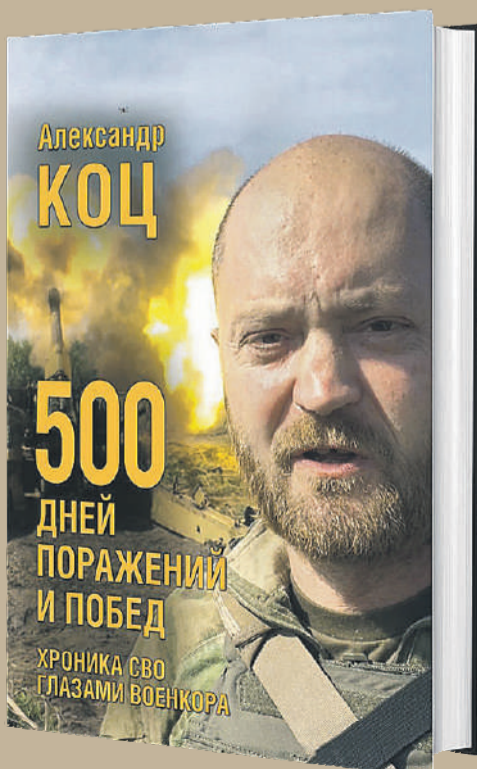
И что?! Книга-то уже была готовая!

Разговор с Захаром Прилепиным об итогах 2023 года читайте в ближайшем номере еженедельника «КП» («толстушке») и на сайте KP.RU.



Первая книга Александра Коца
Уже в продаже!

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



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

Легендарный военный корреспондент «Комсомолки» описывает события СВО через судьбы знаменитых и безвестных, харизматичных и неброских людей, с которыми он был рядом в зоне конфликта.

Купить сейчас на shop.kp.ru



РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА 91.0 FM

Беседуем с теми, кому есть что сказать. Слушайте программу «Диалоги» в 20.00 (мск) на Радио «КП»

Зачем Германия перебрасывает танковую бригаду под Калининград

Похоже, Литве уготована роль нового тарана против России после списания Украины.

Евгений УМЕРЕНКОВ

Министры обороны Германии и Литвы подписали соглашение о размещении на территории прибалтийского государства, в ста километрах от границы с Калининградской областью, боевой бригады, в состав которой войдут танковый, мотопехотный и многофункциональный батальоны. Солдаты бундесвера начнут прибывать в Литву во второй половине 2024 года, а полностью комплектование бригады в составе около 5000 человек должно быть завершено к 2027 году.

О том, что означает этот новый «дранг нах Остен» («натиск на восток» - нем.), «КП» расспросила политолога, президента Российской ассоциации прибалтийских исследований, профессора СПбГУ **Николая МЕЖЕВИЧА**.

ПОЛЯКИ ОТКАЗАЛИСЬ БЫТЬ СЛЕДУЮЩИМ ПОЛИТИЧЕСКИМ ТРУПОМ

- Германия снова на границе с Россией. И немецкие политики снова открыто говорят, что им нужны пространства на востоке. Как это понимать?

- США находятся в процессе списания киевского актива. И нужен новый. Литва не то чтобы блестящий актив, но выгодное географическое положение имеет. Гораздо более выгодное, чем у Эстонии и Латвии. Литва граничит с наиболее уязвимым регионом Российской Федерации - Калининградом. А с другой стороны - с Бело-

руссией. Поэтому три, четыре или даже пять тысяч немецких солдат, которые с американской подачи появятся в Литве, это серьезно.

- То есть по сути признается, что перепоги на Украине не случилось и нужно смотреть в 2027 год, когда уже будет нужен другой наконецник, чтобы тыкать в Россию?

- Абсолютно верно. Перепоги не случилось. Расчет на нее, особенно после оставления нами Херсона, был. Если почитать не украинскую, а западную прессу того времени, видно, что они праздновали победу так, как ни одну свою победу не праздновал **Наполеон**. Они с упоением обсуждали, как делить российские ресурсы и какие знамена первыми внести на Красную площадь. Когда выяснилось, что «кина не будет», не то что Крыма - Мариуполя они не увидят, началась другая истерика, менее публичная, гораздо более тихая. Насколько я понимаю, полякам предложили роль Украины, но те не высказали желания быть следующим трупом.

ПРИБАЛТИЙСКИМ ВЫМИРАТАМ ВОЙНА НЕ ПОМОЖЕТ

- Прибалтика подходит для того, чтобы быть плацдармом нападения на Россию?

- Прибалтика - это узкая береговая полоса, которая не обладает стратегической глубиной обороны. Воспрепятствовать России прорваться к Риге и Таллину практически невозможно. Еще **Бисмарку** генштаб докладывал: мы можем, двигаясь от Восточной Пруссии, причинить русским огромное количество неприятностей, но у них сзади гигантский тыловой район - до Дальнего Востока включи-

тельно. А у нас его нет. И как мы будем оборонять захваченное? А главное, зачем?

Об этом писал даже феноменальный русофоб **Карл Маркс**: великие реки, впадающие в Балтийское море, начинаются в России, и было бы странно, если Россия не интересовалась бы теми местами, где эти реки впадают в Балтийское море и обеспечивают европейскую торговлю. В торговле-то он разбирался.

- Но торговля с Европой у нас стремится к нулю.

- Если торговля стремится к нулю, то зачем Европа грозит России закрыть для нее Балтийское море? Значит, все-таки не совсем к нулю. Существуют десятки, сотни исключений.

С Прибалтикой нам нет ни малейшего смысла разбираться военным путем. Но и торговать с ними нельзя. Нас вполне устроит практический переход Эстонии, Латвии и Литвы в категорию «вымираты». Они сами себя убьют, съедят. Из Литвы уехала треть трудоспособного населения. Не от бомбежек. В Литве, в отличие от Украины, не бахнуло ничего, а треть населения уехала в Европу. Как говорил **Горбачев**, «процесс пошел». И будет идти и дальше, людей будет там все меньше, а проблем все больше.



Getty Images

Немецкие танки на военном полигоне бундесвера. 2010 год, Летцлинген, Германия. Так они готовились к очередной «миссии» в Афганистане, которая закончилась позорно для Запада.

Как мы наблюдаем сейчас в Эстонии и Латвии. Каждый день прибалтийские газеты выходят с двумя видами новостей. Первая - о том, что «поддержим Украину», вторая - что экономика проваливается куда-то ниже дна.

НОВАЯ ВЕРСИЯ СТАРОГО ВРАГА

- Разместить в Прибалтике свой контингент для Германии

значит сделать его заложниками?

- Тезис о том, что немцы умные, дискуссионный. Гитлеровские генералы, кстати, умные, как правило, были в ужасе от того, что фюрер посылает очередные дивизии пробираться по сталинградским улицам. Но они молча брали под козырек. И новые дивизии шли и заваливали своими трупами сталинградские улицы.

- Еще три-четыре года назад на Западе только и стонали о том, что новая война с Россией начнется с Прибалтики. Этот тезис снова актуализируется на Западе?

- Он в ряду прочих обсуждаемых тезисов. Они тоже видят географическую уязвимость Прибалтики, они только не понимают, что она нам не нужна. **Петр I** расширял окно в Европу, исходя из того, что так будет проще общаться с просвещенной и богатой Европой. Во-первых, Европа уже не просвещенная и все меньше богатая. Во-вторых, для этого в нормальных условиях достаточно той инфраструктуры, что у нас уже есть: Усть-Лужский порт и не только.

- Есть мрачная символика в том, что немцы свои войска располагают у наших границ. Синдром вины за Вторую мировую, который в 70-е годы сформировался в ФРГ, преодолен?

- Да. И главное, чтобы мы понимали, что этот синдром преодолен, что перед нами новая версия старого врага. Вот и всё.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда



Германия в рекордный срок превратилась из спасителя Европы в ее могилищника: экономика страны стремительно падает без газа из России



«Комсомолка» рекомендует:

Сделано в ЦРУ

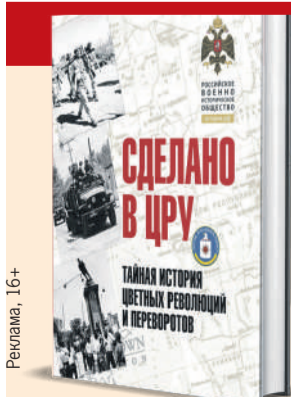
Тайная история цветных революций и переворотов

Книга рассматривает методы смены режима политической власти по всему земному шару, использованные США в период со второй половины XX столетия до наших дней. Особое внимание в издании уделено «цветным революциям» XXI века. В ней показан арсенал накопленных ЦРУ США вариантов переделки политического устройства неугодных Вашингтону стран: покушения на их лидеров, подкуп оппозиции...

**Приобретайте на shop.kp.ru!
А также на сайте labirint.ru**



Известный публицист, историк и писатель **Николай Стариков** высказывает свой взгляд на все, что происходит в России и мире, и проводит исторические параллели, на какие грабли мы снова можем наступить. Слушайте программу «По сути дела» каждый вторник в 19.00 на Радио «КП»



АО «ИД «Комсомольская правда», Москва, ОГРН 1027739295781, ООО «Лабиринт.РУ», Москва, ОГРН 1077764644264

Реклама, 16+

Дед Мороз - не автомат по выдаче подарков

Владимир МАЗЕНКО

Советы родителям: как пережить Новый год так, чтобы потом не было мучительно больно за бессмысленно потраченные деньги.

«Говорят: под Новый год что ни пожелается - все всегда произойдет, все всегда сбывается» - это стихотворение Сергея Михалкова много лет рассказывают дети под елкой. А «сбывать» бесчисленные праздничные желания малышей приходится родителям. Минимизировать эти расходы нам поможет школьный психолог и мама троих детей Наталья Долженкова.

Новогоднее чудо дорогого стоит - мамы и папы знают это не понаслышке.

Новогодние шоу

Средний ценник 4000 - 6000 рублей

За удовольствие поводить хоровод у елки в фойе театра, а потом посмотреть детский спектакль родители выкладывают от 1000 рублей за ребенка - и это самый что ни на есть минимум. Вообще билет на новогоднее шоу может стоить сейчас и 3000, и 4000 рублей (чтобы в этом убедиться, достаточно полистать новогодние афиши). Причем билет нужен и взрослому - вот уже 2000 рублей. И если вы думаете, что одной елки за праздники ребенку будет достаточно, то ошибаетесь - сейчас родители стараются сводить малыша на 2 - 3 представления, а это уже 6000 - 10 000 рублей.

Как экономить

Обязательно сходите с ребенком на новогоднее представление. Но достаточно и одного, не разоряйтесь на них. Будьте осознанным потребителем: какую неудовлетворенную потребность вы хотите насытить «елочным перееданием»? - задает вопрос психолог Наталья Долженкова. - Важно ведь не количество шоу, а то, что ребенок и вы вынесете из вашего совместного похода на представление. Главное правило: общаться и обсуждать увиденное. Не ограничивайтесь дежурным «Тебе понравилось?». Спрашивайте, какая сцена больше всего запомнилась? Кто из персонажей был самым добрым? Какие герои были главными, что они чувствовали? Расскажите ребенку, что запомнилось вам.

Если праздничный бюджет у вас совсем скромный, поинтересуйтесь, нет ли каких-то новогодних представлений в детских дворцах творчества в вашем районе. Цены на такие представления обычно символические. Кроме того, елки с Дедом Морозом бесплатно устраивают сейчас в кинотеатрах, библиотеках и даже в торговых центрах.

Елка

1500 - 3000 рублей

Если в семье растет ребенок - без елки никак не обойтись. А это от 1500 рублей за каждый метр дерева - такие цены называют сейчас продавцы на открывшихся елочных базарах.

Как экономить

Если без натуральной сосны или ели никак - покупайте ее 31 декабря, уже в обед отдавать их будут почти даром, торгаться можно и на 500, и на 300 рублей. А за пару часов до Нового года на многих елочных базарах деревья можно забрать бесплатно.



Владимир ВЕЛЕНГУРИН/«КТ» - Москва

Визит парочки

3000 - 5000 рублей

Конечно, приход Деда Мороза со Снегурочкой домой малышу запомнится. Но цены тут тоже волшебные. На сайтах объявлений даже за так называемое экспресс-поздравление (на 10 - 15 минут) аниматоры просят как минимум 3000 рублей. Стандартная программа (30 минут) стоит от 5000 рублей, а после 25 декабря цена визита Дедушки с внучкой вырастает в среднем до 10 тысяч. Даже вариант экономкласса - поздравление Деда Мороза по видеосвязи - стоит от 1500 рублей за звонок.

Как экономить

Совсем необязательно приглашать к себе Деда Мороза и Снегурочку, уверена Наталья Долженкова. - Вы можете и сами организовать новогодний утренник. Соберите несколько друзей, приготовьте несложный стол с бутербродами, фруктами и соком и проведите у елки несколько конкурсов (здесь интернет за вас уже все придумал). Такая «вечеринка» запомнится и совсем маленьким, и ребятам постарше.

Подарок под елку

От 1500 рублей

Ребенок сейчас пошел искушенный. Во-первых, у него уже все есть. Во-вторых, даже самый скромный подарок - это сейчас приличные деньги. Дешевле 1500 рублей не купишь даже приличную куклу. А завышенные ожидания ребенка заставляют родителей из кожи вон лезть, чтобы соответствовать уровню недетских запросов. Да и как объяснить ребенку, что у Деда Мороза тоже могут возникнуть финансовые трудности?

Как экономить

Надо исходить из возможностей семейного бюджета, считает Наталья Долженкова. И уж точно не залезать в кредиты из-за новогодних подарков.

Вполне нормально, если ребенок не пресыщен. Если у него есть желания, которые не исполняются еще до того, как возникнут, - напо-

минает эксперт. - И хорошо, если родители транслируют ребенку, что Дед Мороз - не автомат по выдаче желаемого.

Как многодетная мама Наталья Долженкова поделилась личным опытом:

Каждый год все мои дети писали целый лист своих желаний. Всяких. От пустяковых до самых заветных. Когда дети были маленькие, это называлось «Письмо Деду Морозу» - напиши ему, он же волшебник, про-

читает и придумает, как сделать так, чтобы желание исполнилось. И дети писали, клали письма на подоконник и оставляли форточку приоткрытой. К утру письмо исчезало (я до сих пор храню эти послания). «Мать-мороз» все прочитывала. Часто это были какие-то пустяки из игрушечного магазина, могли быть и насущные вещи (типа телефона с сенсорным экраном). Что могла, я исполняла старательно и дословно, а что не могла - обыгрывала: иногда писала ответ, иногда заменяла чем-то на интересующую тему, но доступным по цене. Могли быть и шуточные замены или какие-то символические ответы на желания детей. Ведь главное - создать ощущение, что ребенка слышат и понимает тот, к кому он обращается. Для малыша это ценнее, чем буквальное исполнение заказов.

ИНФАРКТ КОШЕЛЬКА

Траты на каникулах

От 3000 рублей (до бесконечности)

Допустим, вам удалось пережить утренники и сам Новый год - и даже еще остались какие-то деньги. Но дальше начинаются каникулы... А это походы в кинотеатры, цирк, на катки, в торговые центры. А там фуд-корты, аттракционы... Первая неделя января может уже окончательно разорить любую семью.

Как экономить

Нынешние дети (и взрослые) испытывают дефицит замедленного времяпровождения, - считает Наталья Долженкова. - Неспешные прогулки - мощное средство снижения стресса, в том числе в отношениях. Когда у вас нет цели и вы просто гуляете и болтаете. Каникулы - отличный повод вспомнить свое детство, зимние дворовые забавы, повеселиться от души и сблизиться с детьми. А еще можно вместе посмотреть дома хорошие мультики и фильмы. Тратиться не придется, а пользы для отношений с ребенком будет намного больше.

Подарки взрослым

От 2000 рублей

Жизнь сейчас такая, что не только взрослые дарят подарки детям, но и дети - взрослым. А именно руководителям кружков и секций, которые посещает ребенок, репетиторам, врачам. Всем нужен хоть символический, но презент рублей на 500 минимум. А если таких подарков нужно 5 - 7?

Как экономить

Если ваш ребенок занимается в группе, скооперируйтесь с другими родителями. Подарок в складчину всегда получается экономичнее, чем индивидуальный.

Еще один совет - по максимуму используйте творческий потенциал ребенка. Он умеет рисовать? Пусть рисует взрослым открытки. Лепит? Пусть слепит что-нибудь новогоднее, елочку, например.

Учителям приятно получить сделанный детскими руками подарок, - согласна наш эксперт-психолог. - Отдельный совет могу дать старшеклассникам - снимите для учителя видеопоздравление от класса. Он потом еще долго будет всем хвастаться вашим подарком!

Праздничный наряд

5000 - 10 000 рублей

Утренник в детском саду или новогодний вечер в школе - чтобы почувствовать праздник, ребенок должен быть нарядным. Но цена новогоднего костюма плюс обувь к нему может достигать 10 000 рублей.

Как экономить

Приличные карнавальные костюмы сейчас можно взять напрокат

или купить б/у - перед Новым годом таких объявлений полно. Цена аренды - от 300 рублей.

Костюм можно соорудить и самим - из уже бывших в употреблении «сокровищ» бабушкиного сундука или шкафа, - уверена Наталья Долженкова. - И обувь можно доработать своими руками вместе с ребенком - раскрасить красками, украсить бусинами. Может получиться очень даже красиво.

Чемпион мира по сварке москвич Дмитрий ПАНЧУ:

Возвращаться в офис не хочу, менять горелку на компьютер с кулером - тоже

Павел КЛОКОВ

Столичные газовики завоевали три золотые медали на соревнованиях лучших сварщиков планеты.

МИНУТА СЛАВЫ

Казалось бы, какая слава у сварщика? Что он, космонавт? Или хоккеист, как говорил Афоня. «У мастера забот полон рот и один оклад».

Однако бывает и по-другому. Просыпаешься ты утром, смотришь ленту новостей перед сменой, а там...

Мэр Москвы Сергей Собянин сообщает: «Московские газовики завоевали три золотые медали на международном чемпионате по сварке «Кубок дуги - 2023». В составе сборной России наши специалисты соревновались с 343 конкурентами из Китая, Индии, Монголии, Белоруссии, Кот-д'Ивуара и Болгарии».

И в списке победителей - твоя фамилия.

Мобильный телефон разрывается от звонков. Родные, друзья, знакомые. Все хотят поздравить. Но... тебе уже пора в родной цех. Приваривать к тройнику часть газовой трубы диаметром 630 мм.

Именно этим 31-летний электрогазосварщик Мосгаза **Дмитрий Панчу** и был занят, когда мы к нему пришли. На фоне всех этих гигантских заготовок, труб, магнитов, горелок и льющихся искр чувствуешь себя немножко неполноценным со своим диктофончиком в руке.

А какие здесь таблички висят на стенах. Это же поэзия.

«Пост окрашивания электростатическим опылением».

«Очистка дробеструйного узла».

«Дуговая сварка в инертных газах не плавящимся электродом с присадочным металлом».

А главное, чистенько везде, как на заводе BMW. Никто шурупы кувалдой не забивает. Идешь по цеху с зачарованным видом. А по сторонам бенгальские огни как будто. Только смотреть на них без сварочной маски нельзя. Даже накануне Нового года.

КСТАТИ

По результатам свежего исследования портала Работа.ру (ноябрь 2023 года), самые востребованные профессии на сегодняшний день в России - это сварщики, токари и электрики. Меньше всего работодателям требуются маркетологи, бухгалтеры, логисты и юристы. Причем среди рабочих специальностей сварка - самая высокооплачиваемая. В среднем по России в объявлениях указана зарплата от 80 тыс. руб. до 124 тыс. руб. Лидеры по количеству вакансий - Москва, Санкт-Петербург, Уфа.



Сварщики Мосгаза - чемпионы мира (слева направо): Дмитрий Панчу, Станислав Демидов и Константин Константинов.

МОСКВА - ПЕКИН - ХУХ-ХОТО

И все же звучит необычно - чемпионат мира по сварке. Как будто это вид спорта такой. Хотя... В мире столько необычных соревнований проводят. Есть даже чемпионат по поеданию крапивы.

Дмитрий готовился к поездке два месяца, отрабатывая одни и те же задачи десятки или даже сотни раз (подготавливал поверхности деталей, изучал чертежи, проводил сварку заготовок). Хотя любой рабочий день Дмитрия - это и есть тренировка.

Любопытно, что процесс сварки осуществляется не с помощью привычных электродов (я помню, в детстве мы из них делали сабли), а с помощью специальной сварочной проволоки, которая плавится и соединяет металлы. При этом от кислорода и азота будущий шов защищает газ - без газа железо выгорит и превратится в бесполезный шлак. Такую сварку специалисты называют полуавтоматической. Особенно хорошо с ее помощью соединять тонкие металлы.

- Техническое задание я получаю на рабочий компьютер, - рассказывает Дмитрий Панчу. - И, изучив его, на-



Михаил ФРОЛОВ

чинаю трудиться. Рабочая неделя пятидневная. С восьми утра до пяти вечера.

- Как вы стали участником чемпионата?

- Прошел отбор в Москве. И полетел. Из пяти сварщиков Мосгаза трое вернулись с золотыми медалями (см. фото).

Это если кратко, по-чеховски. Но я для того и пришел с диктофончиком, чтобы записать подробности.

Во-первых, вылетели не сразу. Рейс перевозчика Air China задержали аж на 35 часов. Затем из Пекина на поезде добрались до города Хух-Хото (буддийская Мекка Китая, где на одной из университетских площадок и проводили турнир).

Дмитрий выступал в первых рядах - уставший, невыспавшийся. Нужно было заварить три стыка - с помощью соединения ТАВР (две металлические пластины образуют букву Т), стыкового (два края вплотную друг к другу) и еще соединить две трубы (под углом 45 градусов). Казалось бы, все элементарно. С закрытыми глазами. Но не обошлось без препон.

- Их сталь несколько мяг-

че, чем наша, - рассказывает Дмитрий. - И мне пришлось привыкать к этому. Причем в течение получаса - столько дается времени, чтобы подготовиться. Первую заготовку я прихватил не той стороной. На ней, как выяснилось, был номер, и он должен был оказаться снизу над швом. Пришлось переделывать. Еще чуть позже отказал сварочный аппарат. Просто перестал варить, и все. Судья остановил время. Вызвал техподдержку. У меня уже волнение появилось. В результате сбросили настройки, запустили - и я продолжил работу.

В итоге - 195 баллов. Это лучший результат в номинации «Механизированная полуавтоматическая сварка».

Переживания забылись. А вот золотая медаль осталась.

«Я СОСКУЧИЛСЯ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ТРУДУ»

- Недавно в ленте крутилась новость о том, что в России не хватает сварщиков. Молодежь идет в маркетологи, в

СПРАВКА «КП»

В настоящий момент АО «Мосгаз» обслуживает 8900 км газовых сетей (в штате 5 тысяч сотрудников). Причем современные технологии позволяют это делать «бестраншейным» способом - это когда несущую способность внутренней поверхности трубопровода увеличивают специальным рукавом («чулком»), изготовленным из полиэфирных и нейлоновых нитей, пропитанных полиэтиленом. Все происходит под землей - не надо перекрывать улицы и рыть ямы.

айтишники. Как же мы дальше будем дома строить, заводы, мосты?

- Вот для этого такие курсы и нужны. Чтобы народ видел (особенно мальчишки), что есть и такая профессия. И в ней, как и в любой другой, всегда есть место подвигу.

- А как вы выбрали эту специальность?

- Она меня сама выбрала. У меня отец электрогазосварщик. В столицу я приехал из Волгограда, где еще в школьные годы окончил курсы по токарной обработке металла и сварочному делу. Есть еще неоконченное высшее (специальность - «те-

плогазоснабжение и вентиляция»). Служил в армии - в радиационно-химической разведке. В Москве

одно время даже владел небольшой фирмой (ООО «Меверли»). Занимались обслуживанием компьютеров, периферийного оборудования, принтеров, сканеров. Был свой офис на Нижней Масловке...

- Стоп, Дмитрий!.. У вас была своя фирма и вы были ее директором?

- Совершенно верно. - И у вас были люди в подчинении?

- Немного - пять человек. - И как шли дела? - Хорошо. Много заказов. - Но в итоге вы отказались от офиса...

- И подался в сварщики. - Люди, наоборот, мечтают стать белыми воротничками.

- А мне стало скучно. Мне захотелось физического труда. Случалось так, что я просто не находил себе места. А тут я каждую минуту при деле. Мне некогда скучать.

- А если появится возможность вернуться?

- И променять свою сварочную горелку на компьютер с кулером? Пока не хочу.

Однажды Дмитрий решил, что хочет работать руками. А руки-то оказались золотые!

Невыдуманные истории из жизни больших (и не очень) российских компаний, которыми руководят женщины.

Евгений ОРЛОВ

«Потому что я так решила» - это не только логичное (и не поспоришь ведь!) объяснение многих женских поступков. Это еще и название книги от Лаборатории «Однажды», которая недавно вышла в издательстве «Альпина Паблицер». В этой книге 10 необычных историй выдающихся российских женщин - предпринимателей и топ-менеджеров. Они руководят большими и маленькими компани-



ями из самых разных отраслей - от сельского хозяйства до производства нижнего белья.

Мы решили напечатать три отрывка, которые как нельзя лучше знакомят с российской женщиной - бизнесменом и руководителем. Они рассказывают о женском подходе к ведению бизнеса, о победе над кризисами и, конечно же, о любви.

Почему именно эти три? Потому что мы так решили!

Место СИЛЫ

Героиня: Олеся Журкевич, совладелица и директор центра лечебного голодания «Улутай» (Алтай).

Тема: женский подход к ведению бизнеса.

Директор Олеся Михайловна приехала в клинику сегодня, как и всегда, между 3.00 и 4.00, отправляется на обход. С церковной свечой и молитвой шагает она по коридорам, не забывая мысленно отдавать дань уважения духам

Алтая. Не торопитесь с выводами, наша героиня - абсолютно адекватный человек. Просто место такое. Приезжайте в эти края, откройте свой бизнес - поймете.

Олеся Михайловна идет по темным коридорам, огонек свечи дрожит, тени мечутся по углам. Идет и привычно ощущает, понимает, всей кожей чувствует, что кто-то «бродяжничает» вместе с ней. Кто, она не знает. Бог клиники, дух места? Но его она тоже благодарит за покровительство. Потому что здесь, на берегах госпожи Катунь, по-другому нельзя. Ничего не получится.

Как она это поняла? По местным меркам остров Патмос от Улутая недалеко. А Патмос - известнейшая достопримечательность горного Алтая - высокий скалистый остров на Катунь, где воссоздан разрушенный в 1920 году храм Иоанна Богослова и открыт Знаменский женский монастырь.

С Патмоса приходил батюшка освящать клинику. Пришел, увидел иконы в комнатах, похвалил за это директора Олеся Михайловну. Сказал, что светло в клинике, хорошо, чувствуется правильная, православная атмосфера. И, наклонившись к директору, сбиваясь с прежней интонации, прошептал: «Я, возможно, удивлю, но все же не забывайте, что мы находимся на земле шаманов. Мы не забываем, и ты помни. И духам Алтая тоже говори спасибо. Без вариантов».

Так Олеся узнала, что сила и гибкость не противоречат друг другу. Но Алтай сводит воедино противоположности.

История 1



Личный архив Олеся Журкевич

Анна - антикризисный менеджер

Героиня: Анна Смирнова, владелица бренда «Тэллсон» (производство матрасов), основательница бренда Mirtolli (производство аксессуаров для сна и матрасов).

Тема: неприятность эту мы переживем.

Офис компании «Тэллсон» находился рядом с производством. Анна задержалась допоздна. Услышав вой пожарной сигнализации, помчалась на фабрику. Огонь жадно пожирал дело ее жизни.

Одна из отличительных черт Анны - она никогда не паникует. Быстро вызвала пожарную службу, позвонила мужу. Но приехавшие машины не смогли быстро потушить пожар. Успели отсечь огонь от офиса - и все. Сгорело сырье и выполненные заказы - готовые матрасы. Сгорел производственный блок.

Уже в ту ночь Анна начала составлять план по спасению бизнеса.

Самый первый вопрос - уже оплаченные заказы. Из 76 магазинов. Надо было либо срочно изготовить новые матрасы вместо сгоревших, либо возвращать клиентам деньги.

Анна сразу позвонила российскому поставщику сырья «Фортекс». На дворе 23.00. «Игорь, мы горим». Бизнесмен тоже не стал разводить сантименты: «Так. Что надо?» У Анны имелся готовый ответ: «Можешь отгрузить сырье пока без оплаты, чтобы мы выполнили заказы?»

Вторым делом Анна набрала номер московской компании «Торис». Позвонила, зная, чем ей придется расплачиваться за услугу.

Годом ранее у «Тэллсона» и «Ториса» случился конфликт. «Торис» делал единственные в своем роде деревянные кровати. Для Анны чужой успех стал вызовом. Она отправилась в Краснодар, проехала по всем мебельным производствам,

История 3



Личный архив Анны Смирновой

нашла подходящую компанию. И копии появились в продаже, только дешевле в два раза (тут же позвонили из «Ториса», но Анна отказалась снимать кровати с продажи. - **Ред.**).

Теперь эти самые кровати Анна предполагала снять с продажи и отдать «Торису» как плату за помощь. Смирнова не побоялась показать свою уязвимость и продемонстрировала признание иерархии.

- «Торис» для нас - гарант качества. Вы самые старшие в этом бизнесе, я прошу вас о помощи. Мы привезем сырье и готовы заплатить за работу «выше рынка», сделайте нам матрасы под нашим брендом.

На том конце телефона ответили: - Прилетайте в Москву.

Следующие несколько месяцев фабрика «Торис» работала в несколько смен, отшивая матрасы для «Тэллсона». Анна тем временем занялась восстановлением фабрики. Требовался кредит (Анна взяла его под залог магазинов, бренда, личного имущества и всего, что будет куплено на заемные деньги. - **Ред.**). Смирновы купили оборудование и восстановили производство.

Через три месяца после пожара Анна уже строила грандиозные планы на расширение.

Баланс на счету восстановит, сгоревшую фирму спасет

Муж

История 2

Героиня: Кристина Судеревская, основательница бренда «Краснополянская косметика».

Тема: любовь и понимание.

Это была классическая история притяжения противоположностей - молодые люди были абсолютно разными.

«Девчонки, заканчивая институт, мечтают о принце с машиной и квартирой. А меня потянуло к тому, у кого не было ничего, кроме веры, что мы сами все сможем. Но эта вера оказалась ценнее любых машин и квартир», - вспоминает Кристина.

Эта встреча обернулась для нее не только личным женским счастьем. Дмитрий, как человек свобододолюбивый, учил Кристину не бояться своих желаний. Ей казалось: если она получила экономическое образование в области банковско-

го дела, надо обязательно работать в банке. Дима возражал: «Зачем ты работаешь там, где тебе не нравится? Иди туда, куда хочется». Эта простая мысль показалась Кристине революционной. Разве так можно? Разве есть право поступать не так, как все, и при этом ничего не бояться? Начать жить настоящей и полноценной жизнью?

Дмитрию нравились сильные женщины. Это был мир, знакомый ему с детства. Его мать была именно такой, они вместе с мужем были предпринимателями. Вот почему силу он разглядел в Кристине даже раньше, чем она сама.

Молодые люди поженились через год после знакомства.

«Наше супружество, наше партнерство сложились сами собой, - говорит Кристина. - Я выросла в кавказской семье, в меня изна-



Личный архив Кристины Судеревской

чально шито понимание, что под мужчине нужно подстраиваться. Но при этом мой характер не дает стать полностью покорной. Так у нас и получилось равновесие».

КОММЕНТАРИЙ ЭКСПЕРТА

Мужики, не мешайте!

Гарри МУРАДЯН, HR-эксперт, руководитель школы развития карьеры, член экспертного совета Комитета Госдумы по молодежной политике:

- Одно из важнейших качеств, которые помогают женщине строить бизнес и карьеру, - это усидчивость. У женщин намного лучше получается заниматься рутинными задачами. А еще женщины лучше и тоньше, чем мужчины, чувствуют людей. И это «шестое чувство» тоже помогает им делать бизнес и управлять коллективом.

Но есть и качества, которые могут помешать женщине в бизнесе. Профессии, связанные с высоким уровнем стресса, это, к сожалению, не про них. «Среднестатистическая» женщина более эмоциональна, чем мужчина. Речь не о «разовых» кризисах, с которыми она может блестяще справиться, а именно о постоянном, системном стрессе.

И, конечно, в карьере бизнесу важнее роль играет тяга к предпринимательству, не нужно этому препятствовать, усаживать ее дома и заставлять готовить борщи. Сила мужчины - в умении услышать, понять желания женщины и помочь ей: советами, деньгами, связями. Не каждая женщина станет выдающимся предпринимателем. Но если она хочет заняться бизнесом, мужчина должен дать ей возможность попробовать. Или хотя бы не мешать.



Хозяйка лавандовых полей: как увлечение цветами превратилось в красивый бизнес - на сайте KP.RU



Итоги 2023 года

Специальный выпуск

Губернатор Кубани Вениамин КОНДРАТЬЕВ: Все испытания мы преодолеем

Администрация Краснодарского края



В ожидании этих светлых праздников мы вспоминаем о прожитом в уходящем году, оцениваем принятые решения и успехи. Для Краснодарского края 2023-й был годом напряженного труда. Шаг за шагом мы шли к главной цели и достигли ее вопреки всем вызовам.

Глава региона поздравляет земляков с наступающим Новым годом.

Нам удалось сохранить устойчивое развитие городов и районов, обеспечить рост экономики, стабильность и безопасность на кубанской земле. Благодаря инициативности предпринимателей были запущены новые производства, реализованы важные инвестпроекты. Наши аграрии собрали хороший урожай, в очередной раз показав силу своего характера в борьбе за каждый колосок. На курортах региона отдох-

нуло 18 миллионов гостей - рекордный показатель в истории Кубани. Была проделана большая работа в социальной сфере. В этом году тысячи детей по всему краю пошли в новые школы и детские сады. Мы открыли современные спорткомплексы и центры единоборств. Вместе мы заботились о наших ветеранах, помогли многодетным семьям, поддерживали бойцов спецоперации, их родных и близких. Такая

КСТАТИ

Пенсии кубанцам выдадут заранее

Алексей ГУК

График выплат изменится в новогодние праздники.

Считанные дни остались до Нового года. Впереди - каникулы и изменения в графике работы почтовых отделений. Но переживать получателям пенсий точно не стоит: без денег и пособий никто не останется. Напротив, некоторым выплаты

поступят раньше, чем обычно.

Уже известно, что **получить пенсию на Кубани** можно будет:

- ✓ **4 января** - за 4 и 5 января;
 - ✓ **5 января** - за 6 и 7 января;
 - ✓ **6 января** - за 8 января,
 - ✓ **8 января** - на кассе.
- График выплат в Краснодаре:**
- ✓ **5 января** выплатят пособия за 5 и 6 января,
 - ✓ **6 января** - за 7 января.

Большое интервью главы Кубани Вениамина Кондратьева читайте на стр. 10 - 11 ▶

сплоченность в ответственное время вселяет уверенность, что все испытания мы преодолеем. Дорогие земляки! В том, что за этот год наш родной край стал еще уютнее и комфортнее,

безусловно, есть вклад каждого из вас. Спасибо за вашу самоотдачу и любовь к своему делу, за отзывчивость и целеустремленность. Желаем вам в наступающем 2024 году новых успехов, больше радостных моментов и добрых вестей. Пусть ваши желания и надежды на перемены к лучшему будут исполнены, а душевный покой, который дарит атмосфера новогодних праздников, останется с вами на всю жизнь! Будьте счастливы и здоровы в Новом году!

■ ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

Завод «Гефест» - синоним высокого качества, надежности и порядочности

Екатерина МОЗГИНА

Одно из востребованных направлений АПК Кубани - виноградарство. В этом году в Краснодарском крае собрали свыше 260 тысяч тонн ягоды. Начинается путь к высоким урожаям с создания виноградников. Помощь в этом аграриям оказывает завод «Гефест» - один из лидеров в сфере производства и поставки комплектующих для виноградников в Краснодарском крае.

ВИНОГРАДНИКИ «ПОД КЛЮЧ»

Завод «Гефест» осуществляет полный комплекс услуг по созданию виноградников под ключ, в том числе производит всю линейку комплектующих. В рамках проекта компания проводит анализ и подготовку почвы, контроль сроков производства и поставки всех элементов шпалерной системы, решает вопросы установки всех позиций и посадки саженцев.

Как отмечают в компании, точный бюджет проекта, перечень и финальный срок работ заказчик четко понимает на момент подписания соглашения о сотрудничестве. И эти показатели завод

«Гефест» не изменяет, неизменно следуя принципам высокого качества продукции, надежности и порядочности.

Для получения честных отзывов о своей работе завод готов пригласить потенциальных клиентов на экскурсии по виноградникам заказчиков спустя год, два, три после реализации проекта.

За шесть лет работы «Гефест» реализовал проекты на площади более 3200 га в Краснодарском и Ставропольском краях, Республике Крым. Также активная работа по комплексным проектам под ключ в этом году шла в Республике Дагестан.

ПРОГРАММА ИМПОРТОЗАМЕЩЕНИЯ

Завод «Гефест» не только создает виноградники под ключ, но и обеспечивает полное импортозамещение товаров для виноградников, производя всю линейку европейских комплектующих.

Программу по импортозамещению компания активно реализует с 2021 года. Теперь все позиции, включая замки-натяжители, виноградари могут приобрести в России.



Генеральный директор Александр Андреевич Шкуро с коллективом завода «Гефест».

- Наши клиенты уже с готовностью заказывают комплектующие от завода «Гефест», отказываясь от импортных, ведь это имеет ряд преимуществ. В первую очередь нет рисков потери денег на счетах банков-корреспондентов, задержки или потери товаров по вине европейских логистов. Но главным преимуществом является то, что наши разработки помогут клиентам в дальнейшем получить субсидии на понесенные расходы, - отмечает **генеральный директор завода «Гефест» Александр Шкуро**. - Как известно, под субсидии попадают

только те позиции, которые произведены на территории России. Комплектующие, импортируемые из-за рубежа, ранее составляли до 35% от общего бюджета, то есть значительную часть виноградари вынуждены были оплачивать из собственного кармана. Благодаря нашим разработкам в сфере импортозамещения европейских комплектующих виноградари в будущем получат возможность компенсировать за счет субсидий и эти расходы.

ВЫСОКОЕ ПРИЗНАНИЕ

Значимым достижением заво-

да «Гефест» в 2023 году стала победа в XI Краевом конкурсе в области качества «Сделано на Кубани» в номинации «Товары производственно-технического назначения».

Также «Гефест» был включен в реестр «100 лучших предприятий России» по результатам комплексной оценки, проведенной НИИ Социального развития и предпринимательства, что свидетельствует о том, что деятельность компании соответствует требованиям международных норм и российского законодательства в области качества и надежности товаров, обладает высокой эффективностью производства продукции (работ, услуг).

Вениамин КОНДРАТЬЕВ:

Делаем много, но понимаем, что надо еще

Иван ДЕМИДЧЕНКО,
Галина КОПЫЛОВА

ПОТОК ИНВЕСТИЦИЙ ВЫРОС

- Вениамин Иванович, как вы оцениваете уходящий 2023-й? Какие минусы видите, что еще нужно «дожать» и «подкрутить», а какими достижениями гордитесь особенно?

- Динамика развития Краснодарского края сегодня опережает средний уровень регионов. И если в 2022 году мы искали баланс, то в уходящем 2023-м научились развиваться и зарабатывать в новых условиях.

Темпы роста ВРП оказались выше, чем мы осторожно планировали в начале года, - 103%, хотя прогнозировали - 101%. А это и есть составляющая стабильности края, развитие всех сфер жизни региона.

Поток инвестиций в регион вырос и сейчас один из самых весомых в стране. Одновременно реализуем свыше 500 крупных инвестпроектов на общую сумму более 2,8 триллиона рублей - рекордные для нас объемы. В перспективе они дадут более 103 тысяч новых рабочих мест.

Еще из хорошего - наши курорты по-настоящему стали круглогодичными. У нас сезон - всегда! Этот год еще не закончился, а мы уже установили рекорд по турпотоку - приняли почти 18 миллионов гостей.

Губернатор Кубани подвел итоги года и рассказал о достижениях региона.

В зимний сезон ждем у себя более 2 миллионов туристов.

Наши аграрии, несмотря на капризы погоды, собрали достойный урожай и обеспечили качественной продукцией внутренний рынок. На полках магазинов края - преимущественно наши продукты. Каждая десятая булка хлеба в стране - из нашей пшеницы. Уверен, прокормим и себя, и соседей. Кроме того, мы лидеры по производству российского вина и шампанского.

Мы ставили задачу - вернуть промышленности лидерские позиции в экономике. Сейчас очевидно, что это решение было стратегически верным. Рост в металлургии, станкостроении, производстве стройматериалов позволил увеличить промышленные объемы почти до полутриллиона рублей. С 2016 года поддержку промышленности в регионе увеличили - с 14,4 миллиона до 2,6 миллиарда рублей. Благодаря системе федеральных и региональных мер поддержки наши предприятия показывают устойчивость к любым вызовам.

Все эти рекорды были бы невозможны без поддержки нашего президента Владимира Владимировича Путина. Мы раскатали темпы

социального строительства. За пять лет - свыше 180 социальных объектов. И сегодня Краснодарский край - большая социальная стройка. В уходящем году возводили 16 школ и 29 детских садов, 10 ФАПов и 14 офисов ВОП. Здесь очевидно - делаем много, но при этом понимаем, что надо еще и еще. Поэтому останавливаться никто не собирается, только усиливаем работу в этом направлении.

То, что надо «дожать» и «подкрутить», - на фоне бума социального строительства остается острым вопрос нехватки кадров в новых учреждениях. Мы стремимся привлечь специалистов в школы, больницы и поликлиники. Для этого используем самые разные меры поддержки. Так, устраиваем специалистов по программам «Земский доктор» и «Земский фельдшер» и «Земский учитель», строим дома для работников соцсферы. Также в регионе медикам, учителям и соцработникам предусмотрели субсидию 1 миллион рублей на первый взнос по ипотеке. Мы продлим эту меру и в 2024 году.

Еще одна важная для меня задача - сделать комфортнее жизнь на селе, чтобы никто не хотел уезжать из родных мест. Я благодарен людям, которые продолжают жить в наших станицах и хуторах. Да, реализация нацпроектов позволяют приблизить условия жизни там к городским. Мы последовательно выполняем задачи и продолжим создавать новые возможности для сельского населения.

Несмотря на сложности и препятствия, новые вызовы, с которыми сталкивается вся страна и наш край, мы решаем проблемы и идем дальше, растем и развиваемся.

МЫ - ЛИДЕРЫ В СЕЛЬХОЗПРОИЗВОДСТВЕ СТРАНЫ

- Наши читатели спрашивают, смог ли агропромышленный сектор Кубани перестроить свою работу и приспособиться к введенным против нас санкциям?

- Мы по-прежнему лидеры в сельхозпроизводстве страны. Это подтверждают цифры. Наши аграрии собрали 14,3 миллиона тонн зерновых и зернобобовых культур. Из них 9,6 миллиона тонн - это пшеница. С хорошим результатом завершили уборку и риса, озимого рапса. Повторили прошлогодний рекорд по подсолнечнику - 1,3 миллиона тонн, урожай зерновой кукурузы превысил 2,2 миллиона тонн. Наши хозяйства собрали более 800 тысяч тонн овощей. Уже получили порядка 550 тысяч тонн плодов и ягод и свыше 270 тысяч тонн винограда. Результаты работы аграриев говорят о том, что, несмотря на вызовы и санкции, нам удалось достичь прогнозных показателей практически по всем отраслям АПК. Мы смо-

гли перестроиться на новые рельсы. И, более того, такие объемы позволяют наращивать переработку.

ВСЕ СВОЕ

- Смогли ли кубанские аграрии заменить зарубежный посевной материал отечественным?

- Оставаться гарантом продовольственной безопасности нам позволит только независимость от селекционного и генетического материала. Сегодня мы на 100% обеспечены кубанскими семенами пшеницы и риса, на 80% - сои, на 50% - кукурузы и на 40% - подсолнечника. При этом уже сейчас аграрии производят объем, который в полной мере может заменить импортный материал.

Да, пока еще сохраняется импортозависимость по семенам сахарной свеклы - это боль для аграриев всей страны. Мы видим конкретное решение проблемы. Приняли программу по импортозамещению в семеноводстве. К тому же, мы компенсируем аграриям 70% затрат на покупку кубанских семян свеклы.

Сейчас край полностью независим от импорта по посадочному материалу плодовых культур. То же можно сказать и о виноградной лозе.

СБЕРЕЧЬ ЧЕРНОЗЕМ

- Многие ученые переживают из-за истончения плодородного черноземного слоя и утверждают, что если не принять меры уже сейчас, то скоро будет пройдена точка невозврата и он будет утрачен. Что делается, чтобы этого не случилось?

- Я неоднократно говорил, на Кубани выгодно заниматься сельским хозяйством. Для этого есть все условия - хорошая земля, благоприятный климат,



Глава региона на выставке волонтеров, которая прошла в 2023 году в Краснодаре.



Кондратьев уверен: залог хорошего урожая - плодотворная работа кубанских аграриев.

БЛИЦ

Краснодар становится лучше, современнее

Глава региона - о прогулках по городу.

- Вениамин Иванович, еще небольшой блиц вопросов от «Комсомолки». В этом году кубанская столица отметила 230-летие, а когда вы последний раз прогуливались по Краснодару? И вообще, на ваш взгляд, какой дух у центра? Чем радуется Краснодар, а чего не хватает?

- Краснодарский край - это про традиции, хлебосольное гостеприимство и взаимовыручку. И ее столица этому хороший пример. Каждый год Краснодар становится лучше, современнее. В этом большая заслуга многих поколений краснодарцев, которые любят свой город и по праву гордятся своим домом, сохраняют и приумножают богатое культурное наследие и память о героическом прошлом. Возвращаясь к вопросу, времени на прогулки по городу особо

нет. Но есть рабочие объезды. А после них - нарезка задач, чтобы город менялся в лучшую сторону и процветал. Краснодар активно прирастает новыми жителями, а значит, по-прежнему актуальны вопросы комплексной застройки, создания качественной и удобной городской и транспортной инфраструктуры, озеленения, повышения уровня работы систем образования и здравоохранения.

- Часто устаете? Или уже привыкли к рабочему режиму 24 на 7?

- Пост губернатора предполагает максимальную мобилизацию сил и ответственность, прежде всего, перед жителями Краснодарского края и президентом нашей страны. Необходимость быть включенным в круглосуточном режиме - для меня это не только долг, но, если говорить честно, уже мой образ жизни. Есть задачи, их необходимо выполнять, несмотря ни на что.

действенные меры господдержки аграриев. Фермерство может и должно быть прибыльным, но только не за счет уничтожения почвы. Сверхурожай любой ценой - не нужны.

Основная задача - сберечь наш самый главный ресурс, плодородный чернозем, и использовать его потенциал для выращивания экологически чистой продукции. Мы должны думать о наших детях и внуках. Краснодарский край стал одним из первых регионов в стране, принявших закон об обеспечении плодородия. По нему аграрии обязаны вносить органические удобрения, которые оздоравливают почву, обогащают ее азотом. Уже через пару лет аграрии увидели результат - в тех районах, где соблюдали севооборот, урожайность стала выше.

С 2019 года из бюджета выделяем средства на возмещение затрат при проведении агрохимического обследования угодий. Кроме того, по нескольким видам господдержки предусмотрели возмещение части затрат хозяйствам на приобретение и внесение на поля удобрений, в том числе органических.

РАЗВИТИЕ СЕЛЬСКОГО ТУРИЗМА

- Есть ли планы по развитию сельского туризма в Краснодарском крае?

- Сельский туризм - одно из наиболее перспективных и динамично развивающихся направлений. У нас в крае более 100 объектов сельского туризма.

Кроме того, в Краснодарском крае создан первый в стране национальный туристический маршрут «Винные дороги Краснодарского края». В него входит более 100 виноделен, гастрообъектов, гостиниц. Этой осенью в крае в рамках нацпроекта «Туризм и индустрия гостеприимства» провели всероссийский фестиваль «Черноморская винная неделя». Он стал настоящим праздником, объединившим все достижения винного и сельского туризма.

Есть и сдерживающий фактор развития сельского туризма - запрет строительства туристской инфраструктуры на землях сельскохозяйственного назначения. Требуется соответствующее изменение в законодательстве. Этот вопрос сейчас рассматривают на федеральном уровне. Мы внесли свои предложения и принимаем самое активное участие в проработке.

ЧТОБЫ КРАЙ БЫЛ ЧИСТЫМ

- Давайте поговорим о мусоре. Насущный и важный для людей вопрос. Во-первых, что с полигоном в станице Полтавской? Во-вторых, появятся ли на Кубани новые комплексы по переработке ТБО?

- Краснодарский край, как главный всероссийский курорт и здравницу, ежегодно посещают десятки миллионов туристов. Регион динамично развивается, многие переезжают к нам на постоянное место жительства. Все это оказывает существенную нагрузку на инфраструктуру обращения с твердыми коммунальными отходами.



В рабочих поездках Вениамин Кондратьев старается посещать не только соцобъекты, но и фермерские хозяйства.

Понимаю, что никто не хочет жить рядом с полигоном, и всегда принимаю сторону жителей, но для решения вопроса мы должны прийти к «золотой середине» - создавать новые объекты, которые будут отвечать самым современным экологическим требованиям, не вызовут нареканий со стороны жителей и экспертов. Рассчитываем в этом и на поддержку региональных операторов, потому что вывоз мусора - не только высокомаржинальный бизнес, но и большая социальная ответственность. Продолжим работать именно с такими компаниями, готовы вкладывать в развитие инфраструктуры.

Что касается вопроса про полигон в станице Полтавской. Сейчас полигон закрыт. Это моя принципиальная позиция и как губернатора, и как человека. Проблема решена благодаря инициативности жителей, которые обращались ко мне, и в их интересах.

Благодаря нацпроекту «Экология» к 2030 году рассчитываем прийти к тому, чтобы 100% отходов проходили сортировку и 50% из них подвергались переработке. Для достижения этих показателей в том числе планируем создавать экопромпарки, которые займутся переработкой вторичных материалов. Также важно развивать экотехнопарки, на их территории будут компостировать сортированный мусор.

С 2022 по 2024 год рекультивируем четыре крупных закрытых полигона в Кабар-

динке, Краснодаре, Горячем Ключе, Славянске-на-Кубани общей площадью более 40 гектаров. Это очень дорогостоящие мероприятия - общая сумма федеральных субсидий составляет почти 1 млрд рублей, также выделяем 340 млн рублей краевых и 7 млн рублей муниципальных средств.

УРОВЕНЬ ГАЗИФИКАЦИЯ ПОВЫШАЕТСЯ

- На Кубани активно проводят газ даже в самые отдаленные населенные пункты. В настоящее время какой процент газифицированных домов в крае?

- Нам удалось набрать хорошие темпы газификации - за последние пять лет ее уровень вырос более чем на 8% и сейчас составляет 86%, что выше, чем в среднем по России. Но в регионе все еще остаются не газифицированные населенные пункты. В основном они находятся в труднодоступной местности со сложным рельефом. Делаем все, чтобы газ был в домах всех жителей края, и постепенно движемся к стопроцентной отметке. Только в этом году из краевого бюджета направили 1 миллиард рублей на строительство 185 километров газопроводов, привлекаем и внебюджетные источники. Параллельно проводим газораспределительные сети и внутри поселений, так, в этом году построили около 230 км.

В результате жители присоединяются к программе социальной догазификации - бесплатно проводят газ до границы своего земельного участка. По-настоящему уникальная программа работает по поручению президента России Владимира Владимировича Путина. К тому же, край продолжает компенсировать расходы на проведение работ внутри участка.

- По нацпроектам за несколько лет привели в порядок в станицах и поселках парки и скверы. В каком направлении продолжится благоустройство?

- Я сам станичный житель и всегда говорю, что у людей каждого поселения, особенно небольшого, обязательно должна быть возможность семейного отдыха в благоустроенных скверах и парках. Всего за пять лет с 2019 года в Краснодарском крае благоустроили 1300 территорий. На это из бюджетов всех уровней направили более 10 миллиардов рублей. Обновляем парки и скверы, площади и набережные, центральные улицы и зоны отдыха. В этом году новый облик получили 142 общественных пространства.

Президент поручил продлить нацпроект «Жилье и городская среда» до 2030 года. А это значит, что современных и комфортных территорий в наших городах, станицах и хуторах станет еще больше.

КОНКРЕТНО

Праздник в семейном кругу

Глава Кубани рассказал, как отметит Новый год.

- Как вы обычно празднуете Новый год? И как проведете зимние каникулы? Не на работе, надеюсь?

- Зимние каникулы - по обстоятельствам. Хотелось бы дома, но дело не ждет.

Сам праздник отмечаю в семейном кругу, с родными. Наверное, как и большая часть жителей нашего края. Традиционные семейные ценности важны для каждого из нас. И читателям «Комсомолки» желаю - пусть ваши близкие будут вам опорой и поддержкой. Успехов и всего самого доброго в Новом году!

Курганинский район:

С чем идем в Новый год

Под Новый год мы загадываем желания и дарим подарки, стараемся завершить дела и обозначаем для себя приоритеты на ближайшее время.

Елена ИВАНОВА

График главы района **Андрея Ворушилина** расписан по часам, и рабочие поездки занимают в нем большую часть времени. В одну из них мы отправились вместе с **Андреем Николаевичем**, чтобы «от первого лица» получить информацию о том, что сделано за прошедший год.

ПО УЛИЦЕ ШИРОКОЙ, ПО УЛИЦЕ КРАСИВОЙ

Улица Матросова в Курганинске - одна из центральных. В этом году в рамках реализации нацпроекта «Жилье и городская среда» проведены работы по благоустройству части ул. Матросова. Движение для автомобилей и пешеходов здесь открыто буквально на днях.

- Это был первый этап масштабного проекта, - поясняет Андрей Николаевич. - В следующем году работа будет продолжаться, вплоть до площади Клары Лучко.

Близится к окончанию благоустройство центрального городского парка им. М. Горького. Здесь реализуется проект «Парк историй».

- Проект победил во Всероссийском конкурсе малых городов и обещает стать еще одной достопримечательностью Курганинска, - отмечает глава района. - Мы постарались сохранить привычные горожанам детали. И, конечно, сделали его современным, запоминающимся.

Широкими и комфортными становятся не только центральные улицы. Заасфальтирован участок улицы Коммунистической. Такие же работы выполнены по улице Партизанской. Новые тротуары пролегли по улицам Армавирской, Запорожской и Ломоносова, на Пионерской, Таманской, Чехова и Матросова. Благоустраиваются новые кварталы города: 155-й, где выделены участки под строительство многодетным семьям, и 127-й.

Не отстают сельские поселения: в Михайловском, Темирговском, Новоалексеевском и Безводном, Петропавловском и Воздвиженском, - всего за 2023 год на селе обновили порядка 17 км дорог и тротуаров.

ПРИХОДИТЕ К НАМ ЛЕЧИТЬСЯ!

Здравоохранение - одна из важнейших составляющих благополучия населения. Вопросы отрасли решаются, в том числе и на районном уровне. Еще один пункт поездки - территория больничного городка Курганинской ЦРБ, где началось строительство новой поликлиники.

- Современное здание будет удобно и для медиков, и для посетителей, - говорит Андрей Ворушилин. - Новая поликлиника рассчитана на 500 посещений в смену. Срок окончания строительства - 2025 год.

С начала 2023 года работает офис врача общей практики в ст. Михайловской, в конце года завершено строительство нового ФАП в пос. Первомайском и офиса ВОП в п. Светлая Заря.

- С инициативой строительства этих двух объектов выступили сами сельчане, - поясняет руководитель муниципалитета. - И после получения разрешительных документов жители отдаленных поселков смогут получать медпомощь в комфортных условиях.

Решается вопрос с медицинскими кадрами. С 2022 года в районе работает филиал Лабинского медколледжа. Здание, приобретенное за средства краевого бюджета, оснащено в соответствии со всеми современными требованиями и рассчитано на 400 студентов.

- Сегодня в нашем колледже обучается более 200 будущих

Андрей Ворушилин: «Первый этап благоустройства улицы Матросова завершен. В следующем году работы будут продолжены».

медиков, - отмечает Андрей Николаевич. - Большинство второкурсников в качестве волонтеров помогают персоналу Курганинской ЦРБ. Ребята ухаживают за больными, выполняют несложные манипуляции. В районном здравоохранении будут молодые квалифицированные кадры.

ВСЕ ЛУЧШЕЕ - ДЕТЯМ

Едем дальше. Глава района рассказывает об участии муниципалитета в реализации нацпроектов и госпрограмм, отмечая, что финансовая поддержка и федерального центра, и краевой власти очень необходима. Именно это позволяет благоустраивать и обновлять общественные территории, строить дороги и тротуары, делать жизнь людей комфортнее.

- Бюджет района был и остается социально ориентированным, - подчеркивает Андрей Ворушилин. - Большая его часть идет на образование, культуру, спорт, потому что наши дети и внуки достойны самого лучшего. Это касается и учебы, и занятий творчеством, и спортивных увлечений.

Отметим, что на сегодняшний день в школах муниципалитета работает 20 «Точек роста», пять из них открыто в 2023 году. Получено цифровое оборудова-

ние, оборудование для кабинетов физики, химии и биологии. Летом 2023 года были капитально отремонтированы школы № 17 (п. Степной) и СОШ № 6 (ст. Новоалексеевская), перекрыта кровля в СОШ № 8 (ст. Воздвиженская).

- У нас была задача - 1 сентября мальчишки и девчонки должны прийти в обновленные классы, - говорит Андрей Николаевич. - И мы с ней справились.

Не оставлена без внимания и отрасль культуры. Отремонтирован КДЦ ст. Михайловской. Проведен капитальный ремонт детской школы искусств Курганинска, заменена кровля культурно-досугового центра п. Октябрьского.

- В первом квартале нового года планируем открыть детский сад № 4 в Курганинске, - говорит Андрей Ворушилин. - Новое здание рассчитано на 100 воспитанников. Открытия с нетерпением ждут и сами ребята, и их родители.

Среди «открытий» 2023 года - «умная площадка», построенная на территории УСК «Старт», и Центр единоборств в Курганинске, Литературная аллея в станице Родниковской, парки в Новоалексеевской и Октябрьском, спортивный центр в поселке Урмия, спортплощадка в Михайловской. И это далеко не полный список...

КСТАТИ

Экономика, инвестиции и... туризм

Поездка подходит к завершению. Уже замелькали по бокам трассы каштаны - за окном улица Мира. Андрей Ворушилин рассказывает о том, что на курганинскую землю совсем скоро вернутся пирамидальные тополя, которыми так славился район.

- Решено высадить более 1200 саженцев, - говорит глава. - Предки наши не зря сажали тополиные аллеи. В Курганинске тополя становились щитом для суховея, осушали переувлажненные участки земли, служили естественным фильтром воздуха и производителями кислорода.

Саженцы деревьев выращены в КФХ Галенко. И разговор плавно перетекает на сельское хозяйство.

В 2023 году намолочено 463 тысячи тонн зерновых колосовых и зернобобовых культур (урожайность в среднем 58,9 ц/га), получен неплохой урожай сахарной свеклы, подсолнечника и сои. Произведено более 5 тыс. тонн плодов и ягод.

Об экономических показателях в целом руководитель муниципалитета поговорит позднее:

- Ежегодно отчитываюсь по итогам работы за прошедший год в начале года наступившего. Не будем забегать вперед.

Но вопрос реализации инвестиционных

проектов мы все-таки затронули.

- Сегодня у нас реализуется 38 инвестиционных проектов почти на 4 млрд рублей, - отметил Андрей Ворушилин. - В 2023 году планируем завершить реализацию 11 на общую сумму 1,3 млрд рублей.

Еще одной нишей для потенциальных инвесторов глава района называет туризм: вполне возможно, что в перечне маршрутов Кубани появятся и родниковская Литературная аллея, и село Урмия - единственное компактное поселение ассирийцев в России, и, конечно, пляж «Две Зари», который в этом году стал призером краевого конкурса лидеров туристской индустрии «Курортный Олимп - 2023» в номинации «Лучший степной пляж».

Напоследок - традиционные предновогодние пожелания от главы района:

- Хочу пожелать всем нам мирного неба над головой. А еще - помнить историю, жить и работать в настоящем и обязательно заботиться о будущем. Пусть наше подрастающее поколение будет достойно памяти своих дедов и прадедов, сохраняет традиции, бережет все, что создано руками их отцов и старших братьев. Добра всем и благополучия!



Администрация Курганинского района



Центр единоборств открыли в Курганинске в то время, когда верстался этот номер!

Александровская крепость:



Как фестиваль казачьей культуры возрождает кубанские традиции

Петр ИВАНОВ

Из регионального песенного конкурса в федеральный мультижанровый этнофестиваль - такой путь проделала «Александровская крепость» всего за три года. Фонд Олега Дерипаски «Вольное Дело» осенью провел в Усть-Лабинске грандиозный фестиваль казачьей культуры - самый масштабный за время своего существования и крупнейший среди российских этнофестивалей.

80 разножанровых мероприятий фестиваля собрали 20 тысяч посетителей и 300 гостей со всего мира, а традиционная культура Кубани, наконец, стала предметом серьезного разговора и изучения.

Как «Александровской крепости» удалось сделать фольклор интересным сразу нескольким поколениям: от бабушек и дедушек до их внуков-зумеров? Во-первых, фестиваль снял с народной традиции музейное стекло, через которое ее принято уважительно, но отстраненно рассматривать. Во-вторых, не стал замыкать в границах прошлое и настоящее, а попробовал найти между ними связь - в музыке, театре, кино, литературе и даже гастрономии.

ТУТА НАМ ПОПИТИ, ТУТА ПОГУЛЯТИ

Фестиваль казачьей культуры вырос из песенного конкурса для аутентичных народных коллективов - поворотного события для традиционной музыкальной культуры Краснодарского края, долгое время не покидавшей пределов сельских ДК и этнографических архивов. Победители конкурса получают не только ценные призы, но и огромную аудиторию - на живых концертах и в интернете.



80 разножанровых мероприятий фестиваля собрали 20 тысяч посетителей и 300 гостей со всего мира.

Результатом этой работы стало приятное открытие: оказывается, народную музыку любит не только поколение постарше, но и молодежь, которая тянется к фолку, но чутко реагирует на фальшь в обработках народников-эстрадников. Именно поэтому кураторы музыкальной программы - выдающийся исследователь фольклора Сергей Старостин и талантливая современная фолк-исполнительница Тина Кузнецова - представили публике все разнообразие вариаций звучания народной песни: от традиционного до электронного.

Жители станиц болели за свои коллективы на конкурсе, зрители подпевали Петру Наличу и Алене Свиридовой и отплясывали под треки Zventa Sventana и песни «Отавы Е». На сценах фестиваля выступали лучшие исполнители традиционной казачьей песни - ансамбли «Криница», «Братина», «Вольница», «Век». А завершалась музыкальная программа концертом Эмира Кустурицы с группой Big Brass Band виртуозного сербского трубача Марко Марковича. Выбор хедлайнера объяснялся не только его звездностью - Кустурица тратит много сил на сохранение этнического фольклора, и этим близок духу фестиваля.

«Александровская крепость» снова показала, что народная песня - это не только набившие оскомину «Калинка» или казачья «Ойся, ты ойся». Это еще и живая современная музыка, которая заряжает энергией, может быть инструментом психотерапии, интересно звучит в новых интерпретациях и вовлекает в изучение фольклора, потому что хочется не просто подпевать, но и знать контекст.

Днем на фестивале артисты давали открытые



Фонд «Вольное Дело»

мастер-классы по вокалу, хороводам и песням, чтобы максимально приблизить людей к фольклору, сделать его частью их личной истории и собственного опыта.

ХТО СЛУХАВ СКАЗКУ, ТОМУ БУБЛИКОВ ВЯЗКУ

Сократив дистанцию между зрителем и фольклором, в театральной программе фестиваль убрал границу между сценой и зрительным залом. В спектаклях сценой стал сам Усть-Лабинск, а главными героями - все посетители. В этом году «Александровская крепость» подарила зрителям 22 театральные премьеры, поставленные по кубанским сказкам.

Актер Никита Ефремов стал проводником всех желающих в мир кубанской мифологии. Вместе с ним зрители шли по центральной улице города и становились участниками спектаклей по кубанским быличкам: поздравляли молодых на свадьбе, искали цветок папоротника и помогали казаку победить Лихо одноглазое.

В других городских локациях играли более серьезные драматические спектакли по казачьим народным



Фестиваль казачьей культуры возрождает кубанские традиции.

сказкам. Для фестиваля их поставили московские режиссеры и артисты кубанских театров. Гости фестиваля стали первыми зрителями оригинальных постановок, которые в будущем могут войти в репертуары южных театров.

Так уже произошло со спектаклями по рассказам кубанского дореволюционного прозаика Николая Канивецкого. На «Александровской крепости» в 2022 году представили эскизы постановок по «кубанскому Чехову», и вот уже почти год получившиеся из них спектакли «Пахлава глупости» и «Как Степан Грищенко за горилкой ходил» с аншлагами идут в Краснодарском театре драмы и Одном театре, а на сценах звучит балачка - уникальный и почти утраченный кубанский диалект.

ЛОКАЛЬНАЯ ИДЕНТИЧНОСТЬ КАК СПОСОБ САМОПОЗНАНИЯ

«Александровская крепость» исследует кубанскую традицию с помощью разных жанров и форм искусства, потому что к народной культуре существует множество разных дорожек - можно учить песни и танцы, реконструировать обряды, читать книги, изучать костюмы, говорить со старожилками. Каждый выбирает свое. А что это дает?

Фольклор помогает понять ценности и особенности не только абстрактного этноса, но и своих собственных друзей, родных, близких, земляков и соседей. И, что немаловажно, помогает понять самого себя и дарит надежное чувство причастности к истории малой родины.

В этом году в программе фестиваля впервые появилось отдельное книжное направление. На встречах с авторами читатели обсуждали, какое место на современной литературной карте занимает юг России. Анна Иванова представила книгу «Краснодарская прописка», Наталья Илишкина - степную сагу об истории рода донских калмыков казаков, а Лиза Лосева - детектив, действие в котором происходит в южном хуторе Ряженое.

На лекциях антрополог Никита Петров и журналист Алексей Паевский рассказывали о самых страшных существах мифов и легенд, фольклорист Александра Баркова говорила о недетских сказках Пушкина, а психолог Елизавета Тюгаева проводила практикум терапии русским фольклором.

В ремесленных мастерских учили плести венки и косы, вышивать рушники и готовить наливку, а на гастрономарке предлагали лучшие блюда кубанской кухни в классическом и современном исполнении.

Приятно, что события фестиваля не ограничились двумя днями, а продолжают и сейчас. Театры ставят спектакли (первая премьера по сказке «Лихо одноглазое» уже состоялась в Таганрогском камерном театре), для фольклорных коллективов проводятся песенные мастер-классы, а в Усть-Лабинске фонд Олега Дерипаски «Вольное Дело» готовит к открытию Центр кубанской казачьей культуры «Казачья воля».

Какие открытия подарит нам «Александровская крепость» в будущем году? Скоро узнаем.

Анастасия САВИНА



**Генеральный директор
Краснодартеплоэнерго
Руслан Хайров:
«На достигнутом
останавливаться не будем!»**

Егор КУЗНЕЦОВ

В холодное время года тема отопления – самая главная для жителей краевой столицы. Пуск тепла не бывает без нештатных ситуаций. Однако в нынешнем году из 160 котельных проблемными оказались только две. Хотя и были происшествия на сетях и в котельных, но потребители неудобств практически не заметили. О том, чего нам ожидать от тепловиков зимой, о планах и первых итогах года нам рассказал генеральный директор Краснодартеплоэнерго Руслан Хайров.

НУЖНО УХОДИТЬ ОТ БЮРОКРАТИИ И БЫСТРЕЕ ВОПЛОЩАТЬ НАШИ ИДЕИ!

- Руслан Зирякович, как оцениваете уходящий год? Чего достигли, а в каких вопросах еще есть над чем работать?

- В конце года нас немного выбила из планов теплая погода. Несмотря на некоторое снижение по реализации из-за жарких дней, мы достигли показателей, которые утверждали у акционеров.

Основное достижение по году – нормализация работы предприятия, выявили и устранили слабые места. Предприятие работает как единый и слаженный механизм, а не как разрозненная система. Но и здесь есть еще над чем работать, что настроить.

Это и есть основной драйвер нашего роста, потенциала. Чем быстрее будем проводить нужные процессы, чем оперативнее инициативы воплощаются в жизнь, тем эффективнее результат.

- Насчет результатов: завершено ли техническое перевооружение объектов в центре города?

- С точки зрения нашей инвестиционной направленности по объектам генерации сделано многое, хотя и запланированная программа выполнена не в 100-процентном объеме. На центр

Гендиректор Краснодартеплоэнерго Руслан ХАЙРОВ: К себе предъявляю требования не меньше, чем к сотрудникам!



Многие сомневались, что почти три километра огромной трубы на сложном участке можно проложить за две недели, но тепловики смогли!

города мы делали основной упор. Там, по сути, запустили три, можно сказать, новые котельные с самым современным оборудованием.

- А как же КМР, ведь там меняли магистральную сеть?

- В Комсомольском районе, действительно, выполнен большой объем. Построить три километра магистральной сети за две недели и запустить в срок – такое было, пожалуй, впервые в Краснодаре, этот рекорд сложно повторить! Результат – улучшилась гидравлика, что заметно особенно по конечным потребителям: с улиц Лавочкина и Сормовской жалоб нет вообще, всем хватает ресурса! Даже не включая повысительную станцию на ТК-28, мы обеспечиваем объем больше, чем в прошлом году.

- Есть ли уже результаты внутритрубной диагностики?

- Внутритрубная диагностика – пусть и дорогостоящая, но она дала свой эффект. Вот сейчас у нас нет аварий, с которыми сталкивались в начале прошлого отопительного сезона. Благодаря полученным результатам мы имеем программу на ближайшие годы: какие участки нужно менять. Это повысит качество и надежность предоставления услуг, даст уменьшение жалоб от населения.

Мы продолжим такие исследования. Если ранее изучали сети старше 15 лет и диаметром свыше 400 мм, то в наступающем 2024 году, думаю, рас-

пространим эту практику на более глубокий диапазон.

- Это глобальные вопросы... А что касается отдельных участков?

- В этом году, считаю, мы неплохо подошли к таким локальным местам: меняли трубы, ремонтировали котлы, обновляли оборудование. Реализуем программу модернизации регуляторов горячего водоснабжения, что дало экономический эффект летом. Установили частотные регуляторы, датчики температуры. Планируем тиражировать проект и на другие центральные тепловые пункты, а также и на котельные, сокращая тепловые потери.

ЭКСПЛУАТАЦИОННЫЕ РАЙОНЫ ЖДЕТ БОЛЬШАЯ РЕФОРМА

- Какие отделы, службы, люди особенно себя проявили в уходящем году?

- Все сработало четко и слаженно. Но отдельно я бы хотел выделить работу эксплуатационного района (ЭР) № 1. Мы очень долго подбирали туда руководителя: уже на протяжении года им руководит **Александр Казаков**. За это время достигли снижения издержек с 25 процентов до девяти и даже ниже. И не останавливаемся на достигнутом.

Также хорошо себя зарекомендовали ЭР № 4 и 5, которыми руководят **Петр Смаль** и **Александр Юрин**. В новом году мы приведем нашу структуру к более гибкой и мобильной: укрупним существующие районы, из шести останутся четыре: «Север», «Запад», «Юг», «Восток». Эффект от укрупнения мы уже наблюдали на примере ЭР № 2 и 3. Аналогичный потенциал есть и на остальных.

- Какие цифры достигнуты в части доли энергоресурсов в производстве тепла?

- Мы ставили цель довести долю при выработке топливно-энергетических ресурсов при производстве одной гигакалории в 58 процентов, и она достигнута. У нас есть ряд котельных, которые работают с параметрами даже лучше. И, соответственно, та бизнес-модель, которую мы строим на ближайшие пять лет, рассчитана из этих показателей. Помогает этому и новое высокоэффективное оборудование, которое активно ставим.



Ремонт в Юбилейном районе выполнили в рекордные сроки – всего за четыре часа!

КОНКРЕТНО

Нужно постоянно развиваться, повышать свои компетенции!

- А каким образом определяются плановые показатели на будущее?

- Переход на долгосрочное экономическое планирование – это заслуга нашего экономического, технического блока, да и всех структурных подразделений, потому что все участвуют в формировании бизнес-плана. Долгосрочный горизонт планирования позволяет увидеть те параметры, которые мы должны достичь через пять лет. Это позволяет планировать работу, ставить цели и достигать результатов, которые будут заложены в перечень. Планируемые задачи вполне достижимы. Они готовились с учетом прогноза по энергоресурсам, по тарифу, по тем улучшениям, которые планируем выполнить по нашим теплосетям и источникам генерации.

- А что с целью достижения нулевой аварийности на магистральных сетях, которую компания декларировала летом?

- Начало отопительного сезона показало, что те сети, которые мы продиагностировали, не имели ни одной аварии. Да, на магистральной сети в ЮМР произошел один эпизод, который мы устранили за рекордное время в 4 часа 26 минут! Это тоже очередной рекорд года! Думаю, что у нас есть еще потенциал, чтобы этот показатель улучшить! Кстати, инцидент произошел на участке, который мы не диагностировали...

- Какие еще планы есть на следующий год?

- Продолжим практику по улучшению теплосетевого хо-

зяйства. Запланирован ряд реконструкций. Не будем останавливать и инвестиционную программу. Ну и, конечно, будем добиваться роста благосостояния наших работников. Если мы не будем идти в ногу с тенденциями макроэкономики, следить за уровнем зарплаты сотрудников, можем увидеть отток специалистов в другие отрасли.

- Откуда берете идеи для новых проектов? Может, влияет ваш опыт работы в строительной, в газовой отраслях, а может, общаетесь с другими теплоэнергетическими компаниями?

- Это совокупность факторов. Влияет и прошлый опыт предприятий, где удалось поработать. Но и важно постоянное саморазвитие, повышение своих знаний, компетенций, навыков. Каждый руководитель постоянно должен черпать какую-то новую информацию.

Мы должны привить практику пользоваться новшествами, которые внедряются. А для этого каждый руководитель, каждый сотрудник должен развиваться, постоянно повышать свои компетенции, навыки. Если этого не делать, то у нас нет прогресса. А стоять на одном месте постоянно не получится даже в нашей монополярной системе, иначе построенное годами может разрушиться. Поэтому к себе я предъявляю требования не меньше, чем к своим работникам. Я точно так же должен постоянно прогрессировать. Чего желаю всем нашим сотрудникам и нашим читателям в наступающем новом году!



Этот робот «плавал» по теплосетям Краснодара, изучая их изнутри и снимая все на камеру: это и есть внутритрубная диагностика.

Егор КУЗНЕЦОВ

Пресс-служба Краснодартеплоэнерго



Офтальмологическая клиника «ГлазЦентр» в Краснодаре:

Мы снова и снова доказываем нашим пациентам, что качество по доступной цене - это возможно

Екатерина МОЗГИНА

С о снижением остроты зрения сталкиваются многие. Вновь обрести ясность и четкость взгляда помогают офтальмологи и современные технологии. Редакция «КП» побывала в «ГлазЦентре», одной из ведущих офтальмологических клиник Краснодара, и задала специалистам популярные вопросы, касающиеся зрения.



Клиника «ГлазЦентр»

Врач-офтальмолог, рефракционный, катарактальный и лазерный хирург «ГлазЦентра» Гарегин Саакян рассказал о симптомах и лечении катаракты.

ПОМОЩЬ ПО ВСЕМ НАПРАВЛЕНИЯМ ОФТАЛЬМОЛОГИИ

Своих первых пациентов «ГлазЦентр» в Краснодаре принял более четырех лет назад. Клиника входит в федеральную сеть с центрами в Ульяновске, Екатеринбурге, Тюмени и Санкт-Петербурге. Также консультационные центры представлены в Крыму и Казахстане. Клиники оснащены современным оборудованием для проведения диагностики и лечения заболеваний органов зрения, а врачи имеют многолетний стаж работы.

Обеспечивая высокое качество по доступной цене, «ГлазЦентр» оказывает помощь по всем направлениям офтальмологии: лазерная коррекция зрения; лечение катаракты, глаукомы, заболеваний сетчатки глаза, кератонуса; лазерная хирургия; амбулаторные операции; прием детского офтальмолога; ортокератология (ночные линзы); подбор очков и линз.

ЛЕЧЕНИЕ КАТАРАКТЫ

Одно из самых распространенных заболеваний глаз, особенно в пожилом возрасте - катаракта. О причинах, первых симптомах и лечении «КП» рассказал **врач-офтальмолог, рефракционный, катарактальный и лазерный хирург «ГлазЦентра» Гарегин Саакян.**

- Что такое катаракта и каковы ее первые симптомы?

- Катаракта характеризуется помутнением естественного хрусталика глаза и часто становится причиной снижения зрения и слепоты. Чаще катаракта встречается у лиц преклонного возраста (возрастная катаракта), но причиной болезни могут стать и проблемы со здоровьем, связанные с нарушением обменных процессов в организме (например, сахарный диабет), травмы глаз, длительное применение определенных медикаментов, излучение и т. д.

Симптомы катаракты на началь-

ной стадии могут быть разные - ощущение пелены перед глазами, ухудшение зрения в ночное время суток, цвета кажутся тусклыми, размытое зрение, появляются круги вокруг источников света, очки больше не помогают. Катаракта может поражать сразу оба глаза или один из них, но окончательный диагноз может установить офтальмолог, поэтому 1-2 раза в год требуется посещение врача-офтальмолога.

- Если диагноз «катаракта» поставлен, какие варианты лечения возможны?

- К сожалению, эффективного медикаментозного лечения катаракты не существует. Единственным радикальным вариантом лечения является хирургический - ультразвуковая факосмульсификация катаракты. Это замена родного хрусталика на специальную интраокулярную линзу (искусственный хрусталик). В числе преимуществ такой операции - быстрое восстановление и безболезненность, не требуется наложение хирургических швов, выполняется под местной анестезией.

- Какие ограничения нужно соблюдать после операции?

- В первый месяц необходимо закапывать прописанные капли и вести себя осторожнее: не ходить в бассейн и баню, воздержаться от работы в пыльных и грязных условиях. Офисным сотрудникам надо на одну-две недели сделать перерыв, а потом возвращаться к своим обязанностям.

- Существует ли профилактика катаракты? Можно ли предпринять какие-то меры заблаговременно, чтобы исключить ее в будущем?

- С целью профилактики раз-

вития катаракты следует вести здоровый образ жизни, правильно питаться, своевременно лечить соматические патологии.

ЛАЗЕРНАЯ КОРРЕКЦИЯ ЗРЕНИЯ

Еще одно востребованное направление в работе клиники - лазерная коррекция зрения. На популярные вопросы в этой области ответила **врач-офтальмолог, рефракционный хирург «ГлазЦентра» Юлия Твердохлебова.**



Клиника «ГлазЦентр»

Врач-офтальмолог, рефракционный хирург «ГлазЦентра» Юлия Твердохлебова ответила на самые популярные вопросы о лазерной коррекции зрения.

- Кому показана лазерная коррекция, а кому она не подойдет?

- Лазерная коррекция зрения позволяет устранить не только близорукость, но и такие аномалии рефракции, как дальнозоркость и астигматизм. Лазерная коррекция позволяет улучшить зрение и повысить уровень жизни, избавляя

пациента от очков и контактных линз. Наиболее рекомендованный возраст для проведения операции от 18 до 45 лет.

К противопоказаниям лазерной коррекции зрения относятся: недостаточная толщина роговицы, кератоконус, глаукома, острые воспалительные заболевания глаз, сахарный диабет, аутоиммунные заболевания.

Для того чтобы определить, подходит ли вам лазерная коррекция, необходимо пройти полное обследование на высокотехнологичном специализированном оборудовании, которое в полном спектре представлено в офтальмологической клинике «ГлазЦентр».

- Что включает в себя такое обследование? Какие нюансы нужно учитывать, записываясь на диагностику?

- Полное обследование перед лазерной коррекцией включает в себя визометрию (определение остроты зрения с коррекцией и без), авторефрактометрию, тонометрию, биомикроскопию, офтальмоскопию, оптическую когерентную томографию и золотой стандарт обследования - кератотопографию.

Записываясь на диагностику перед лазерной коррекцией, необходимо учесть несколько нюансов. Прежде всего, если вы носите контактные линзы, их нужно снять за десять дней до обследования и прибыть в клинику не за рулем. Если у вас есть данные предыдущего обследования, возьмите их с собой - это важно для опреде-

ления стабильности зрительных функций.

- Сколько длится сама операция? Насколько она болезненна и травматична?

- Современные технологии позволяют сделать лазерную коррекцию максимально быстрой и безболезненной. Как правило, операция проводится не более 15 минут, под капельной анестезией. Этого достаточно, чтобы минимизировать неприятные ощущения. Операция относится к малоинвазивным. Она не требует длительного реабилитационного периода и нахождения в стационаре.

- Какие ограничения придется соблюдать после лазерной коррекции зрения?

- После коррекции необходимо ограничить зрительные нагрузки, минимизировать занятия спортом, исключить тепловое воздействие в виде бани, а также купание в открытых водоемах и бассейнах. Если ваша работа подразумевает зрительные или физические нагрузки, открытие больничного листа рекомендуется, но не является обязательным в случае, если вы можете самостоятельно контролировать данные воздействия извне.

Высокая острота зрения будет радовать вас уже на следующий день после операции, но полное восстановление зрительных функций в некоторых случаях может достигать пары месяцев. Реабилитационный период максимально комфортный и позволяет не менять привычный образ жизни.



Клиника «ГлазЦентр»

Клиника «ГлазЦентр» оказывает помощь по всем направлениям офтальмологии, здесь же можно подобрать очки и линзы.

Офтальмологическая клиника «ГлазЦентр» в Краснодаре: ул. Красных Партизан, д. 42.

Тел. 8-800-30-22-639

krasnodar.glazcentre.ru

Лицензия ЛО41-01126-23/00362508 от 25.08.2020 г. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПОЛУЧЕНИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА



Санаторно-курортный комплекс «ДиЛУЧ» в 2023 году отметил свой вековой юбилей.

От поликлиники до всероссийской здравницы

Екатерина МОЗГИНА

На протяжении ста лет известный курорт заботится о здоровье жителей не только Кубани, но и всей страны.

СТРОКИ ИСТОРИИ

Сегодня «ДиЛУЧ» - большой санаторно-курортный комплекс, оказывающий более 400 видов обследований и лечения на уровне ведущих российских клиник. А началось развитие здравницы с курортной поликлиники, открытой в Анапе в 1923 году. В те годы отдыхающие могли посетить грязелечебницу, отделение морских ванн и лечебный пляж с купальнями. Кроме того, здесь имелся рентгеновский кабинет - редкость по тем временам.

Уже сто лет назад лечебница славились высоким профессионализмом сотрудников, которые успешно сочетали практику с научными исследованиями в области курортного лечения. Благодаря этому в предвоенные годы поликлиника была известна далеко за пределами черноморского курорта и имела статус крупного научного и консультативного центра. В годы Великой Отечественной войны здравница была разрушена, но уже в 1957 году курорт вновь принимал отдыхающих со всей страны.

Еще один нелегкий период «ДиЛУЧ» пережил в 90-е годы. Не только сохранить здравницу, но и сделать ее передовым санаторно-курортным комплексом удалось благодаря **заслуженному врачу РФ, Герою Труда Кубани, Почетному гражданину Анапы Вере Севрюковой**, которая возглавила санаторий в непростые времена.

- В те годы многие отказались от лечебной санаторной базы, предпочтя стать отелями. Обосновывали это дорогим содержанием медицинской аппаратуры и врачей. Мне тоже по-



Начиналось развитие здравницы с курортной поликлиники, открытой в Анапе в 1923 году.

ступали предложения сделать из здравницы гостиницу и даже казино, но я так поступить не могла, - делится Вера Севрюкова.

Веру в будущее санатория, его успешность и развитие Вера Стефановна вселила и в коллектив. «ДиЛУЧ» продолжил не только принимать пациентов из разных уголков страны, но и расширяться.

ДЕВЯТЬ ЭТАЖЕЙ ЗДОРОВЬЯ

На протяжении 100 лет санаторий непрерывно развивался - постоянно обновлялось медицинское оборудование, ежегодно внедрялись современные технологии, коллектив повышал свои профессиональные навыки. Результатом такого интенсивного развития стал большой современный санаторно-курортный комплекс «ДиЛУЧ», лечение и оздоровление в котором ежегодно проходят тысячи человек.

Санаторий «ДиЛУЧ» объединяет сразу несколько факторов, благотворно влияющих на здоровье пациентов. Один из них - уникальный кли-

мат Анапы с большим количеством солнечных дней, продолжительный купальный сезон, лечебные грязи и минеральные воды. Еще один важный фактор - современная медицинская аппаратура и оборудование, ежегодный рост новых медицинских технологий. И, конечно же, высокий профессионализм врачей, в числе которых доктора и кандидаты медицинских наук, доктора с высшей и первой квалификационной категорией.

- Доброжелательное и внимательное отношение к больным - это наша многолетняя традиция, - отмечает Вера Севрюкова. - Каждого пациента мы воспринимаем как самого родного человека, стараясь оказать всю необходимую высококвалифицированную помощь. Именно человек с его проблемами всегда остается для нас на первом месте.

Лечебно-диагностическая часть здравницы сосредоточена в 9-этажном корпусе, который с чьей-то легкой руки стали называть «девять этажей здоровья». Если же быть совсем точными, таких этажей здоровья здесь десять. На нулевом этаже центра, рассчитанного на 5200 посетителей в день, расположилось отделение грязелечебницы и глинолечения, на остальных - кабинеты врачей различных профилей, рентген, УЗИ, эндоскопия, функциональная диагностика, физиотерапевтическое лечение, клинические лаборатории и многое-многое другое.

«ДиЛУЧ» предлагает для взрослых и детей разнообразные оздоровительные и лечебные программы, которые подбираются индивидуально - с учетом возраста и диагноза пациентов, что позволяет добиться эффективных результатов уже за один курс лечения.

НЕ ТОЛЬКО ЛЕЧЕНИЕ, НО И ОТДЫХ

В санаторно-курортном комплексе «ДиЛУЧ» можно не только позаботиться о своем здоровье, но и хорошо отдохнуть, уделить время красоте и восстановлению душевных сил.



Фото предоставлено СКК «ДиЛУЧ»

Санаторно-курортный комплекс «ДиЛУЧ» оказывает более 400 видов обследований и лечения на уровне ведущих российских клиник.

Особая территория - спа-комплекс «ДиЛУЧ». Здесь есть все для отличного отдыха душой и телом: бассейны, аромо- и финская сауны, хамам, массаж и разнообразные уходовые процедуры.

Для комфортного размещения пациентов санаторий «ДиЛУЧ» располагает шестью жилыми корпусами с современными номерами, а питание в столовых санатория организовано по принципам «Шведский стол» или «Меню-заказ».

ВЕКОВОЙ ЮБИЛЕЙ

100-летний юбилей санаторно-курортного комплекса «ДиЛУЧ» - настоящее событие для всего края. В праздничном мероприятии приняли участие **министр здравоохранения Кубани Евгений Филиппов, мэр Анапы Василий Швец и председатель Совета муниципального образования город-курорт Анапа Леонид Красноруцкий, депутат ЗСК Алексей Аксенов**. Глава города-курорта Василий Швец поздравил коллектив «ДиЛУЧ», одного из старейших среди санаторно-курортных комплексов региона, от имени **губернатора Краснодарского края Вениамина Кондратьева**.

На торжестве Василий Швец и Леонид Красноруцкий вручили сотрудникам СКК «ДиЛУЧ» медали «За выдающийся вклад в развитие Краснодарского края» II и III степени, почетные грамоты администрации Краснодарского края, благодарности губернатора и председателя Законодательного Собрания края, грамоты мэра Анапы и министра здравоохранения региона. Также ряду специ-

алистов присвоили звание «Заслуженный работник здравоохранения Краснодарского края».

В НОВЫЙ ВЕК - С НОВЫМИ ПЛАНАМИ

«Если делать, надо делать хорошо», - такого девиза всегда придерживается руководитель «ДиЛУЧ» Вера Севрюкова. По такому принципу и продолжит работать и развиваться один из крупнейших санаторно-курортных комплексов Кубани. Оставаясь верным вековым традициям, будет шагать в ногу с современными технологиями и оказывать высококвалифицированную помощь всем, кто в ней нуждается.

ТОЛЬКО ЦИФРЫ

Санаторно-курортный комплекс «ДиЛУЧ» это:

- 6 жилых корпусов;
- 58 квалифицированных врачей;
- 400 видов обследований;
- 1000 человек ежедневно принимает поликлиника;
- 5200 человек ежедневно принимает лечебный корпус.

По данным СКК «ДиЛУЧ».



Александр КОРЕНЕВСКИЙ

На мероприятии, посвященном 100-летию СКК «ДиЛУЧ», присутствовали: председатель Совета МО город-курорт Анапа Леонид Красноруцкий (слева), генеральный директор санатория «ДиЛУЧ» Вера Севрюкова, мэр города-курорта Анапа Василий Швец (справа).

Рустам НАРХОДЖАЕВ - Комсомольская правда

Санаторно-курортный комплекс в Анапе «ДиЛУЧ» ждет по адресу: г. Анапа, ул. Пушкина, 22. Тел. 8-800-100-40-30. Сайт: diluch.ru

Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПОЛУЧЕНИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА

«Вы не видели человека не красивее меня»

Елена СЕРЕБРОВСКАЯ
(«КП» - Красноярск)

Врачи Красноярской краевой больницы изменили облик парня с аномальными челюстями.

Алексей очень переживал по поводу врожденного генетического увечья, которое причиняло ему и физическое, и душевное страдание. У парня были аномально разные челюсти, лицо такое, что в зеркало смотреться не хотелось. Устроился добывать золото в тайге, чтобы заработать миллион рублей на сложнейшую хирургию. Приехал в Красноярскую краевую больницу, пусть подскажут, в какую клинику ему ехать и куда. И услышал: «Никуда ехать не нужно».

ИНТЕРЕСНЫЙ СЛУЧАЙ

Алексей Бодрунову 29 лет. Живет в селе Большая Улуй (чуть более 200 километров от Красноярска. - Ред.).

- Спрашивайте, я готов, - раздался в телефоне жизнерадостный голос в ответ на наш звонок.

А еще совсем недавно общение, тем более с малознакомыми людьми, давалось Алексею ох как нелегко...

Он родился с врожденной аномалией обеих челюстей. Верхняя была маленькая, зато нижняя слишком большая и заостренная. И чем старше он становился, тем больше неудобств испытывал. Не мог, как положено, жевать пищу, потому что зубы не смыкались и росли кто куда. Из-за этого испытывал постоянную изжогу и был очень худой, хотя вымахал до 1,88 метра.

- За всю мою жизнь, уверен, вы не видели человека не красивее меня. Я смотрел в зеркало и понимал: кошмар. Не мог разборчиво произносить слова, это меня мучило, я хотел разговаривать с людьми, чтобы они смотрели мне в глаза, а не на мой рот. Хотел петь. Кушать хотел нормально.

С детства мама возила меня по врачам, они все говорили: «Пока растет, ничего делать нельзя». Я вырос и опустил руки, поплыл по течению. Но в какой-то момент опомнился.

На просторах интернета нашел информацию, что исправить челюсти можно с помощью операции. Но дорого, миллион рублей! Парень устроился на золотодобывающий прииск, недалеко от дома.

- К концу 2022 года я накопил достаточную сумму и сразу после январских каникул записался на платный прием в красноярскую региональную (первую краевую) больницу. Хотел, чтобы доктор подсказал мне хорошую клинику. И удивился, что операцию сделают здесь и бесплатно. За день сдал все анализы, поехал домой собираться и... заболел коронавирусом.

ДВЕ ОПЕРАЦИИ

В марте 2023 года была первая операция: верхнюю челюсть максимально сместили вперед на 1,5 сантиметра. В июне - вторая: уменьшили в размерах и на пару сантиметров сдвинули назад нижнюю челюсть. Челюсти



Личный архив Алексея Бодрунова

ДО



Личный архив Алексея Бодрунова

ПОСЛЕ

Алексей - харизматичный парень. И до операции, - скажите? - выглядел неплохо. Но вот сам на себя не мог смотреть в зеркало и испытывал постоянные комплексы.

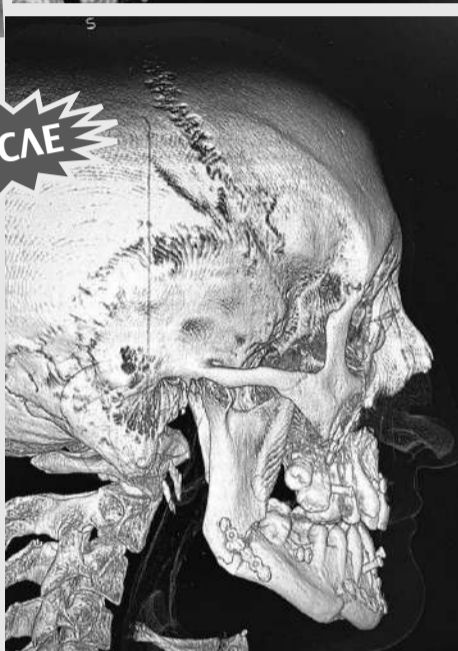
пришлось разъединить на фрагменты, а затем скрепить в новом положении титановыми конструкциями. На заживление - месяц, потом нормальная жизнь.

- Сказал, что теперь женится! Он очень позитивный, активный, общительный. У него все идет хорошо, - рассказывает Андрей Гербертович Симонов, челюстной хирург.

Перед операцией Алексея предупредили, что его ждет: будет очень больно, неудобно. Готов ли он?

- Было очень страшно, когда ехал на операцию, дрожал. И сильно волновался, ведь моя мечта вот-вот исполнится. Мне сказали, что первая операция длилась чуть больше часа. Когда немного пришел в себя, то отправился искать зеркало. Пришлось заново учиться жевать и глотать. Вкус пищи изменился. А когда везли на каталке на вторую операцию, я улыбался всем вокруг, не мог сдержаться. Это замечательная больница, здесь самые лучшие врачи. Никаких шрамов у парня на лице нет, все швы внутри. Теперь он уже не прикрывает лицо рукой от людских взглядов. И открыл тайну: влюбился!

- Всегда держался от девушек в стороне. Решил, вот к 30 годам стану красавчиком и подумаю о своей семье. Время настало. Есть девушка, которая мне понравилась, и она - тот идеал, который я себе представил еще лет 10 назад. Я верю, что у судьбы просишь - то она и дает. Когда я ее увидел, меня молнией ударило: один в один такая, какая мне нужна. Правда, она еще об этом не знает. Но скоро я наберусь смелости...



КОММЕНТАРИЙ СПЕЦИАЛИСТА

В чем особенность характера нашего героя, почему он не сломался? И что привлекает в нем девушек?

Вероника ПУГАЧЕВА, психолог Красноярского отделения Российского Красного Креста:

- Когда нас поддерживают родные и близкие, мы можем горы свернуть. Но не догма, бывает и другое - если человек слышит в свой адрес негатив: «Ты не состоялся, ты уродлив», он ставит перед собой цель бороться до конца. Черпает уверенность в самом себе, ищет актуализацию внутри себя и реализовывает ее на внешность, не обращая внимания на недостатки.

Что касается отношения к мужчинам женщин... мы никогда не любим идеальных! Потому что нужно самой соответствовать этому критерию, что очень сложно. А человек с особенностью привлекает тем, что дает возможность рядом с ним быть совершенством. Женщине с ним комфортно. Затем в процессе общения она проникается особенностями личности, характером. Есть люди, которые уникальны по своей внутренней картине жизни, через пять минут общения с ним мы уже не чувствуем внешних физических недостатков. Такой человек становится прекрасным. Потому что на самом деле мы любим не за внешность, а внутреннюю составляющую.

В этом случае все так. Алексей нашел свою женщину (надеюсь, что у них все получится), потому что сам набрался смелости. Но и без операции он мог бы покорить сердце той, что понравится, ведь, судя по всему, это умный, добрый, хороший парень! А это - самое главное.

НОВЫЙ ХИТ

от автора бестселлера «Жизнь как праздник»
УЖЕ В ПРОДАЖЕ!



Катя Каплар

**КЛАССНЫЕ ЯРКИЕ ИДЕИ
ДЛЯ КУЛИНАРОВ
И САДОВОДОВ-ОГОРОДНИКОВ**

**КНИГА-МАГНИТ ДЛЯ ТЕПЛА
И ОТЛИЧНОГО НАСТРОЕНИЯ!**

**НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ ДЛЯ
ХОЗЯЙКИ: КАК НАХОДИТЬ
ВДОХНОВЕНИЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ
И ДЕЛИТЬСЯ ИМ СО ВСЕМИ**



ОГРН: 1027739295781. АО "ДП "Комсомольская правда", г. Москва. Реклама 16+

Купить сейчас
shop.kp.ru



**КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА**

Прощай, год бацилл?

Анна ДОБРЮХА

По данным опросов работодателей, в офисах и на предприятиях сейчас болеет как минимум каждый десятый. Причем многие по второму и даже третьему кругу. «Месяц назад выздоровел, а сейчас снова накрыло», - удивляется коллега. Почему так? С какой периодичностью нас могут мучить респираторные вирусы - те, что передаются воздушно-капельным путем и поражают органы дыхания? Какую роль играют ковид, грипп и другие возбудители ОРВИ? «Комсомолка» собрала мнения экспертов.

Почему мы так часто цепляли заразу за заразой в 2023-м.

Бесконечные болезни изматывают, да и по карману бьют неслабо.

ИНФЕКЦИОННЫЙ КОКТЕЙЛЬ «ЗИМА-2023»

На первые роли сейчас выдвигается грипп, поясняют эпидемиологи. Он активно идет в рост, а самый пик ожидается в середине января - феврале. Врачи отмечают, что нынешний грипп даже «злее» ковида. Потому что чаще дает осложнения на легкие, вызывает тяжелые пневмонии, бьет по сердцу. Для привитых такие угрозы сведены к минимуму, уверяют в Роспотребнадзоре. По последним официальным данным (на 5 декабря), вакцину получили свыше 76,5 млн человек. Это значит, что порядка 70 млн россиян остаются непривитыми и болеют на свой страх и риск.

Ковид, хоть и стал по симптомам ближе к «обычным» простудам, тоже никуда не делся. И некоторые люди болеют им тяжело, попадают в больницы и даже погибают. Так что ставший столь знакомым и привычным коронавирус не стоит недооценивать, предупредил в интервью «КП» врач-пульмонолог, доцент Сеченовского университета, кандидат медицинских наук Владимир Бекетов. Эксперт напомнил, что **нынешние варианты «омикрона» не так безобидны, как многие думают.** У переболевших, даже в легкой форме, может развиваться воспаление внутренней выстилки кровеносных со-

судов (эпителия). А это **повышает риск тромбозов, инфарктов и инсультов.**

Третья группа терзающих нас сейчас респираторных вирусов - различные «традиционные» осенне-зимние возбудители ОРВИ. Риновирусы, аденовирусы, парагрипп, бока-вирусы и прочие, всего их известно несколько сотен. Кроме того, наблюдается **вспышка коклюша**, который называют «100-дневным кашлем». Плюс во всем мире выросла заболеваемость микоплазменной инфекцией, способной давать осложнения в виде пневмонии. В России число случаев тоже идет вверх.

Словом, вариантов чем заразиться - хоть отбавляй. Но что же наш иммунитет?

ИММУННЫЕ ПОДЪЕМЫ И ПРОВАЛЫ

- Если со здоровьем у вас все более-менее в порядке, то в ответ на вторжение любого инфекционного возбудителя (коронавируса, вируса гриппа, риновируса и т. д.) активируется несколько видов иммунитета, - пояснил «КП» иммунолог, кандидат медицинских наук, гендиректор контрактно-исследовательской компании Николай Крючков. - Одна из разновидностей иммунитета - врожденный, или неспецифический. Он не направлен на распознавание конкретных вирусов, борется со всеми подряд. Поэтому в целом защитные силы организма оказываются на подъеме, и риск заболеть любой респираторной ин-

фекцией на некоторое время снижается.

Благодаря такому эффекту мы не простужаемся беспрестанно, какие-никакие перерывы (после выздоровления до нового заражения) обычно есть даже у не самых крепких людей. Но вообще-то науке достоверно неизвестно, как долго может сохраняться подобная защита, признает эксперт.

- Скорее всего, буквально считанные дни, - разводит руками Крючков. - А если вирусная нагрузка окажется очень высокой (например, в толпе в метро, магазине, автобусе), то угроза заболеть снова в самое ближайшее время растает многократно.

Ученые предполагают, что в повышение частоты повторных заражений внес свою лепту COVID-19. «Исследования показывают, что у переболевших людей нередко «проседает» иммунитет. Дети, перенесшие ковид, начинают болеть очень часто, буквально каждый месяц. У взрослых «иммунологическая яма» проявляется в том, что **новые заражения коронавирусом происходят всего через 3 недели после предыдущего заболевания**», - рассказал на одной из конференций замдиректора ЦНИИ эпидемиологии Роспотребнадзора, академик РАН Александр Горелов. Более того, аналогичным образом на иммунитет

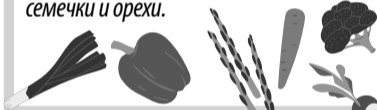
влияет и... грипп! Именно поэтому после него нередко обостряются хронические заболевания, пояснила завкафедрой вирусологии РМАНПО, доктор медицинских наук Елена Малинникова.

КАК СПАСАТЬСЯ?

Опрошенные «КП» ученые и практикующие врачи дают такие советы.

Быстрее и лучше восстановиться после любой из перенесенных инфекций (ковид, грипп, ОРВИ) помогут:

- **нормальный сон.** «Доказано, что даже кратковременный дневной сон повышает активность ключевых молекул иммунной системы», - подчеркивает доктор Бекетов;
- **снижение тревожности и стрессов.** Достоверно известно, что негативные психические реакции угнетают работу иммунитета. Риск повторных заражений растет. Если у вас не получается справиться своими силами, обратитесь к врачу. Сегодня есть эффективные противотревожные средства - как психотерапевтические, так и фармакологические (лекарства);
- **физнагрузки.** Даже самые простые прогулки быстрым шагом на свежем воздухе вносят огромный вклад в укрепление иммунной системы и общее оздоровление организма - это подтверждено огромным количеством исследований;
- **здоровое питание:** побольше овощей, фруктов, цельнозерновых круп, рыба несколько раз в неделю, желателен семечки и орехи.



Что касается аптечных витаминов и различных БАДов, то убедительных подтверждений их пользы для восстановления после перенесенных респираторных заболеваний на сегодня нет, подчеркивают эксперты по доказательной медицине. Лучше потратьте деньги на овощи и фрукты. От ряда гуляющих сейчас инфекций есть эффективные и безопасные прививки. Вакцинируйтесь, чтобы избежать тяжелых осложнений и летальных исходов (увя, их угроза сохраняется). Сегодня медики рекомендуют привиться от гриппа (тем, кто еще не сделал этого); от пневмококка - основного возбудителя, из-за которого развиваются пневмонии после гриппа и различных ОРВИ; от коклюша. Как это правильно сделать и в какие сроки, подробно писала «КП» (см. в разделе «Здоровье» на KP.RU).

Соблюдайте противоэпидемические меры.

Да, за последние годы они многим набили оскомину и даже вызывают раздражение. Но **вдумайтесь, что тяжелее: надеть в метро или автобусе маску (а лучше респиратор) или лежать с температурой под 40, разрывающим кашлем, оказаться в реанимации на аппарате искусственной вентиляции легких?** К сожалению, такие последствия могут грозить сегодня, в том числе людям в расцвете сил, чья иммунная система подрвана не покидающим нас коронавирусом. Так зачем создавать своему организму дополнительные неприятности, когда можно их предотвратить? Берегите себя и будьте здоровы.

Дмитрий АХМАДУЛЛИН/«КП» - Ставрополь

■ ЗАРАЗА

ВОЗ пугает новым вариантом коронавируса, который способен распространиться с огромной скоростью.



Как узнать, грозят ли вам осложнения после ОРВИ, - на сайте KP.RU



Броня крепка, но штаммы очень быстры...

Анна КУКАРЦЕВА

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) распространила предупреждение: **новый штамм, родственник «пиролы», может начать быстро распространяться в ближайшее время в Северном полушарии.** Новичок получил кодировку JN.1. У этого варианта есть только одно изменение в спайковом белке по сравнению с «пиролой», но этого достаточно, чтобы еще быстрее обходить иммунную защиту. При этом эксперты успока-

ивают - да, он заразен, как и другие варианты «омикрона». Но число госпитализаций при этом штамме низкое, течение заболевания не тяжелое.

Симптомы сходны с «пиролой», а также другими видами ОРВИ или гриппа: высокая температура (но не всегда), кашель, насморк, головные боли (вплоть до мигрени), боли в горле и мышцах, одышка, иногда диарея.

При этом ВОЗ отмечает, что расслабляться не стоит, ведь в мире сейчас довольно неприятный коктейль:

«COVID-19 - не единственное циркулирующее респираторное заболевание. Растет заболеваемость гриппом, РСВ (респираторно-синцициальный вирус) и детской пневмонией», - отмечает в бюллетене организация.

ВОЗ советует привиться.

Антиковидная вакцина, особенно модернизированная (а обновленный «Спутник» уже начал поступать в Москву и Подмосковье), неплохо защищает от рисков тяжелого течения. В людных местах стоит носить маски или респираторы.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Ученые вывели идеальную формулу физической активности для продления жизни.

75 x 2 = ДОЛГОЛЕТИЕ

Анна ДОБРЮХА

- Нужно начинать двигаться хотя бы по чуть-чуть, понемногу. Однако для реального продления жизни важно идти вперед - повышать физнагрузки, чтобы достичь оптимальных показателей, - говорит врач-кардиолог, к. м. н., зав. лабораторией сердечно-сосудистого старения Российского геронтологического научно-клинического центра РНИМУ им. Н. И. Пирогова Минздрава России Ксения Ерусланова. Эксперт выступила с докладом на III Международном конгрессе «Управление старением. Медицина здорового долголетия». И рассказала о том, какие виды физической активности доказанно повышают наши шансы стать здоровым долгожителем.

О СИЛОВЫХ ТРЕНИРОВКАХ И «ВОИНАХ ВЫХОДНОГО ДНЯ»

До недавнего времени отношение к силовым тренировкам в старшем возрасте было настороженным и даже негативным, отметила Ерусланова. У людей после 60, а у кого-то и раньше, повышается хрупкость костей, есть проблемы с суставами. Поэтому многие врачи считали: силовых упражнений лучше избегать.

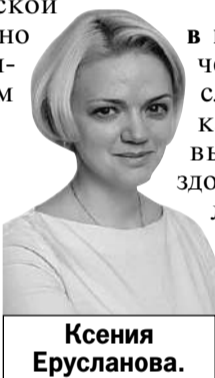
- Однако за последние пару лет вышло большое количество исследований, которые показали: присоединение таких физнагрузок к другим видам активности даже при старческой астении, у ослабленных людей положительно сказывается на здоровье, - подчеркивает эксперт. - Сегодня людям всех возрастов рекомендуется по две силовые тренировки в неделю. При этом очень важны индивидуальный подбор упражнений и соблюдение правил безопасности (см. ниже. - Ред.).

В целом нормы по продолжительности физнагрузок сейчас такие: не менее 150 - 300 минут упражнений средней интенсивности и не менее 75 - 150 минут занятий высокой интенсивности



Если во время тренировки смотреть или слушать научно-популярные лекции, то антиэйдж-эффект будет самым мощным, уверяют ученые.

Оксана ЗИЙКО/«КП» - Москва



Ксения Ерусланова.

в неделю. Причем свежие исследования показывают, что выигрывает для здоровья и долголетия получают как те, кто равномерно распределяет активность на 5 - 7 дней, так и «воины выходного дня», пояснила Ксения Ерусланова. То есть те, кто добираться до спортзала только по субботам и воскресеньям и потеет на тренажерах по 75 минут. Однако это вовсе не значит, что остальные дни можно сидеть сиднем, вообще не напрягаясь.

Еще одна актуальная рекомендация - вставать каждый час. Можно сделать легкую разминку или просто пройтись, советует эксперт.

ЗАЩИТА ОТ ИНФАРКТОВ, ДЕМЕНЦИИ И РАКА

Ученые не говорят, на сколько конкретно физнагрузки продлевают жизнь. Подсчитать это сложно, все очень индивидуально. Однако есть убедительные доказательства, что физическая активность эффективно защищает от двух главных убийц современного человека - сердечно-сосудистых заболеваний (инфаркты, инсульты) и различных видов рака. В частности, это подтвердилось крупное исследование с участием более полумиллиона добро-

вольцев в возрасте от 20 до 70 лет, рассказала доктор Ерусланова. Лучшим рецептом для долголетия оказалась комбинация силовых и аэробных упражнений разной интенсивности.

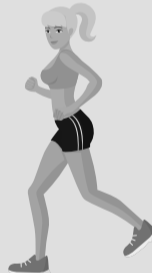
Вот, что еще известно на сегодня о пользе физнагрузок:

- ✓ снижается риск гипертонии. «При сидячем образе жизни и с возрастом сосуды становятся жесткими. Из-за этого повышается давление. При физнагрузках сокращающиеся мышцы регулируют работу со судов, сохраняя их гибкость», - поясняет врач;
- ✓ сокращается угроза сахарного диабета и атеросклероза. Это связано с тем, что работающие мышцы потребляют и глюкозу из крови, и «плохой» холестерин, обнадеживает кардиолог;
- ✓ уходят лишние килограммы, улучшается сон;
- ✓ улучшается структура костей. Потому что при работе мышц в кости поступает больше питательных веществ;
- ✓ уменьшаются тревожность и риск депрессии. «Доказано, что при занятиях спортом выделяются гормоны, улучшающие настроение и качество жизни. Поэтому сейчас пациентам с депрессией рекомендуется вводить физнагрузки в план лечения», - отмечает Ксения Ерусланова;
- ✓ сокращается риск деменции, замедляется старение мозга.



КОНКРЕТНО

КАКИЕ ЗАНЯТИЯ ВЫБРАТЬ



НМИЦ терапии и профилактической медицины дает уточняющие признаки для определения интенсивности физнагрузок:

К упражнениям средней интенсивности относятся

- ходьба со скоростью 4 км в час (рассчитать поможет шагомер, который сейчас есть в большинстве смартфонов);
 - плавание в среднем темпе;
 - аквааэробика;
 - езда на велосипеде со скоростью 15 км в час;
 - работа в саду. Речь идет о прополке, подрезании веток, сборе урожая, любом передвижении по участку, пояснила Ксения Ерусланова.
- А вот если человек копает огород или чистит снег, это уже нагрузка не средней, а высокой интенсивности. Также врач привела следующие примеры высокоинтенсивных упражнений:
- аэробика;
 - прыжки на батуте;
 - ходьба на лыжах быстрым шагом;
 - езда на велосипеде со скоростью более 15 км в час;
 - плавание в быстром темпе;
 - бег;
 - подъем в гору.



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

- при умеренной (средней) физической активности пульс повышается незначительно, человек чувствует тепло (не обливается потом!) и легкую одышку;
- при высокоинтенсивных физнагрузках заметно подкакивает частота пульса и выступает пот.

ВМЕСТО ВЫВОДА

- «Золотая» формула идеальных физнагрузок для долголетия выглядит так:
- 150 - 300 минут упражнений средней интенсивности в неделю;
 - 75 - 150 минут занятий высокой интенсивности;
 - не менее двух силовых тренировок в неделю.

Последние можно выполнять с собственным весом - это проще, не требует дополнительного оборудования и в ряде случаев безопаснее. Примеры: приседания, отжимания, подтягивания, скручивания (на пресс).

А еще исследования показали, что самый мощный антиэйдж-эффект дает сочетание физических тренировок с когнитивными, отметила Ксения Ерусланова. Например, когда вы едете на велосипеде (идете на лыжах и т. д.), тренируетесь в спортзале и при этом слушаете научно-популярные лекции или учебные курсы.

«Комсомолка» рекомендует:

«Привычка быть здоровым»

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

Кардиолог, кандидат медицинских наук Наталья Гаврилук дает простые, но эффективные рекомендации, как избежать болезней сердца и сосудов. Автор анализирует множество бытовых привычек, разясняя, что важно, а что не принесет пользы здоровью.

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



Реклама, 16+

С наступающим 2036 годом, товарищи!

Сфотографировать
комету Галлея
удалось
в 1986 году.

wikipedia.org

Владимир ЛАГОВСКИЙ

Комета Галлея рождает подозрения, что 2024 год давно прошел.

В декабрьские дни 2023 года астрономы поминают знаменитую комету Галлея, за которой наблюдают с глубокой древности и каждые 75 лет ждут ее появления на небосводе. Небесная странница - единственная из короткопериодических комет, которая видна невооруженным глазом.

В последний раз она показывалась в 1986 году. Сейчас долетела до поворота своей орбиты и устремилась к нам, чтобы прибыть в 2061 году.

С исторической точки зрения куда важнее другое: многие астрономы считают, что именно комета Галлея была той самой «путеводной звездой» - Вифлеемской, как ее еще называют, которая указала путь к новорожденному Христу.

Из Библии известно, что волхвы, намеревавшиеся поклониться младенцу Иисусу, говорили, что «видели звезду Его на востоке...». «И се, звезда... шла перед ними, как наконец пришла и остановилась над местом, где был Младенец». (Матфей).

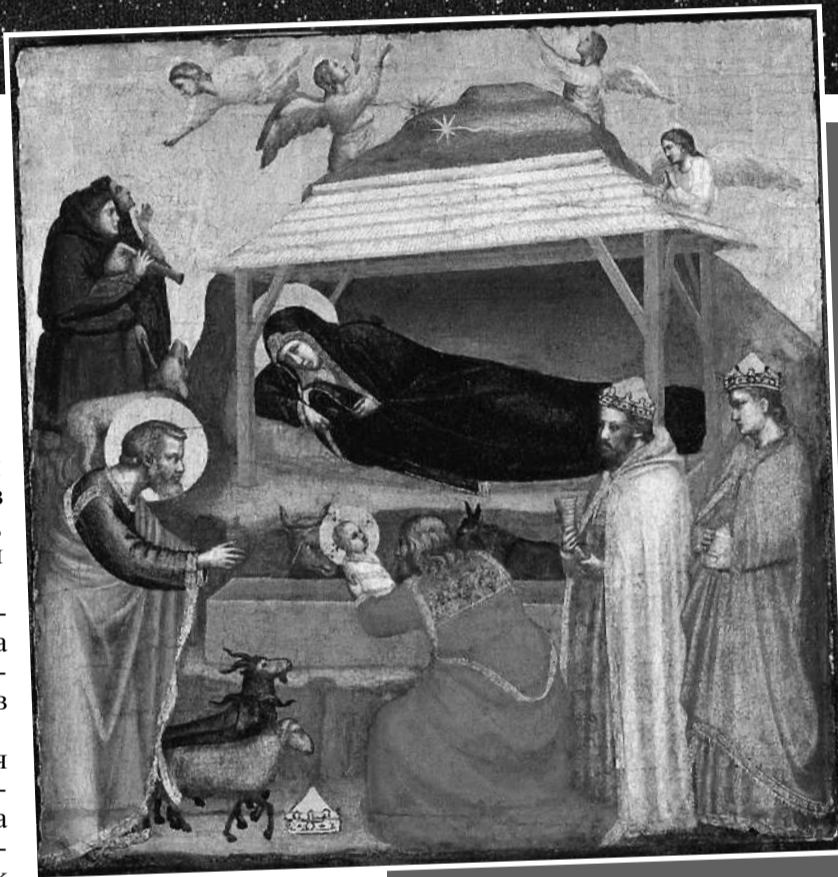
Именно в виде кометы изобразил Вифлеемскую звезду итальянский художник Джотто в 1301 году на своей картине, посвященной рождению Сына Божьего.

Астрономам известны и более надежные источники - например, наблюдения их древнекитайского коллеги **Ма Туан**

Лина. По его свидетельству, комета Галлея впервые показалась 26 августа 12 года до нашей эры. Была видна по утрам в созвездии Близнецов. Двигалась к границе созвездий Льва и Девы. На 13-й день комету можно было наблюдать вечерами. Затем она ушла к югу. Итого, комета свети-



Самая известная в мире комета названа в честь изучавшего ее ученого Эдмунда Галлея (1656 - 1742).



Многие считают, что над Вифлеемом тоже светила она. На знаменитой картине Джотто звезда нарисована как комета - с хвостом.

лась на небосводе 63 дня. Была очень яркой, привлекала внимание.

Из современных расчетов следует, что в первых числах сентября комета вошла в созвездие Льва. И направилась к звезде Регул - «маленький царь». Тогда-то, по мнению астрономов, волхвы и заметили ее в предзвездные часы на восточной стороне неба. А поскольку созвездие Льва связывали с именами Иуды и его «колена», то появление тут новой звезды, да еще рядом с Регулом, можно было расценить как знамение о рождении нового «царя иудейского».

Если это и в самом деле так, то Рождество Христово, от которого мы ведем летоисчисление, произошло на 12 лет раньше. Значит, наступает не 2024 год, а 2036-й.

Занятно, но такая «поправка» не слишком обременительна - по восточному календарю, оба года равнозначны. Оба - високосные, оба годы Дракона.



И дата не та

Католики празднуют Рождество в декабре - по новому стилю, православные в январе - по старому. Из разъяснения по поводу этой даты, которое в свое время дал святой Иоанн Златоуст, следует: Иоанн Предтеча был зачат 23 сентября. На шестой месяц после этого произошло Благовещение Девы Марии - о непорочном зачатии. Оно, в свою очередь, случилось 25 марта. А через девять месяцев родился Сын Божий.

А если опять же отталкиваться от кометы Галлея? Из созвездия Льва она вышла 7 сентября. Стало быть, делают вывод специалисты, Иисус должен был родиться с 1 по 7 сентября.

По астрономическим понятиям, в какой-то из этих дней и надо праздновать Рождество. Что-то, однако, подсказывает, что никто ничего менять не будет - привыкли уже к тому, что есть. Хотя кто знает... Всякое бывает.

ТЕМ ВРЕМЕНЕМ В КОСМОСЕ

По пути на Марс заняться сексом, скорее всего, не получится

Владимир ЛАГОВСКИЙ

Ученые обнаружили у бороздящих просторы Вселенной эректильную дисфункцию.

Подмечено: длительные космические полеты здоровья не добавляют. Наоборот: в невесомости кости становятся хрупкими, мышцы - дряблыми, сердце и мозги усыхают, иммунитет снижается, зрение ухудшается, газообразование усиливается.

Но есть, оказывается, последствия похуже всех перечисленных. «Покорителей космоса» - из числа представителей сильного пола - поджидает эректильная дисфункция.

Мужчинам не надо объяснять, что это за напасть такая. Более половины тех, кому за 40, сталкивались с ней, не покидая Землю. Кто реже, кто чаще, кто постоянно. В космосе же, если верить ученым, «страшный недуг» настигнет каждого.

Неутешительные для мужского пола результаты недавно получили специалисты из Университета штата Флорида и медицинской школы Университета Уэйк Форест в Северной Каролине. Исследователи экспериментировали в Лаборатории космической радиации НАСА в Нью-Йорке. Опыты проводили на крысах - на 86 самцах, которые, по заверениям ученых, физиологиче-

ски почти не отличаются от самцов-мужчин. Стало быть, все то, что произошло с ними - с самцами крыс, - вполне можно экстраполировать и на людей.

Половина подопытных жили 4 недели в условиях, имитирующих невесомость, половина - при нормальной силе тяжести. И тех и других подвергали воздействию космической радиации - тоже имитированной и примерно такой, какая имеется в дальнем космосе - за пределами предохраняющей атмосферы Земли.

Итог: самцы, мягко говоря (пardon за невольный каламбур) размякли - пришли в негодность по части секса. Отчего именно произошла такая неприятность, выявило проведенное через год обследование.

Окислительный стресс и сосудистые проблемы стали причиной эректильной дисфункции, - объяснили авторы в статье, опубликованной в журнале **FASEB - Федерации американских обществ экспериментальной биологии**.

Окислительный стресс вызвали свободные радикалы, массово появившиеся в организме.

Моделирование показало: космическое излучение - даже слабое - наносило больше вреда, чем невесомость. Свободные радикалы, порождаемые им, и последующее окисление оказались страшнее микрогравитации.

ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

Правда, этому эксперименту противоречат откровенные свидетельства **астронавта NASA Майкла Маллейна**.

В 2014 году он отвечал на весьма скандальные вопросы, которые ему задали **сотрудники иностранной редакции журнала Men's Health**. Предупреждаем: дальше пойдет детское чтение:

«МН: - В невесомости чаще встает?»

Маллейн: - Одно из физиологических изменений, происходящих в невесомости, заключается в том, что жидкости, включая, естественно, кровь, распределяются по телу равномернее. Лодыжки, бедра и талия становятся тоньше, а грудная клетка и бюсты у женщин - больше. К сожалению, лицо тоже распухает. Если внимательно смотреть на астронавтов, то заметно, что они опухшие. Бывает, что голова немного болит. Но одно из преимуществ всего этого...

МН: - Распухший член?!

Маллейн: - Пару раз я просыпался с такой сильной эрекции, что мог бы сверлить penisом криптонит*».

Решительно необходимо продолжить исследования без ложной скромности.

*Криптонит - твердый минерал зеленого цвета с фантастической планеты Криптон - родины Супермена.



Он так рассказывает о науке, что нравится даже двоечникам! Слушайте «Теорему Лаговского» на Радио «КП» по воскресеньям в 22.00

Дмитрий ПОЛУЖИНУ
Космическая правда

Виктор ФИЛОНОВ:

Основной принцип - уметь слушать и слышать

Председатель Горсовета Сочи о работе с людьми и развитии курортного потенциала города.

Иван ДЕМИДЧЕНКО

Этот год для Сочи оказался максимально насыщенным. В городе-курорте на 2024 год приняли рекордный бюджет, утвердили Стратегию развития «Сочи-2035». Кроме того, принимается Генеральный план на ближайшие 20 лет. «Комсомолка» поговорила с председателем Городского Собрания Сочи Виктором Филоновым о том, в каком направлении будет развиваться город, какие масштабные инфраструктурные проекты будут реализованы, а также - почему важно общаться с людьми и помогать в решении их проблем.

ОБЩЕНИЕ С ЖИТЕЛЯМИ

- Когда вы последний раз гуляли по Сочи?

- Хотя бы раз в неделю я обязательно гуляю по городу. Сам или с семьей. Стараюсь выбирать тихие и уютные улочки. Не обязательно в центре. В нашем национальном парке или в сельской зоне, где природа, тишина и спокойствие. Где можно погрузиться в свои мысли и отвлечься от всего остального. Хотя это не всегда получается. Обязательно обращаю внимание, если что-то не так.

- Вас узнают на улице, подходят к вам с вопросами?

- Да, узнают и подходят. Особенно в Лазаревском районе, где я работал главой, и где был избран депутатом в Городское Собрание Сочи. С активистами и председателями ТОСов мы как единая команда - не расстаемся уже более 15 лет. Я регулярно встречаюсь с местными жителями, пытаюсь им помочь в решении каких-то вопросов и проблем.

- Вы как-то говорили, что депутат не должен сидеть в кресле в своем кабинете, он должен быть на своей территории.



Городское Собрание Сочи

Как часто вы проводите встречи с гражданами?

- Минимум два раза в месяц провожу прием граждан. Кроме того, ко мне каждый день приходят местные жители как к председателю Городского Собрания Сочи. Мой телефон знают очень многие жители нашего города. Они часто звонят для оказания содействия в создавшейся ситуации. Например, накануне в селе Шафит в многоквартирных домах долго не было света. Люди позвонили и пожаловались. Взял на контроль работу оперативных служб. Быстро сработали все: управляющая компания, специалисты администрации, помогли энергетики Лазаревского района, и у людей появилась электроэнергия.

- Виктор Петрович, это же очень сложно - постоянно находиться в контакте и общаться с людьми. Особенно на проблемные темы. Вы не устаете?

- Вы знаете, все зависит от того, любишь ты то, чем занимаешься, или нет. Если любишь, то это не в нагрузку. А если просто обязывает должность, то, конечно, трудно. Я люблю свою работу, поэтому общение с людьми не в тягость. Наоборот, мне придает силы то, что жители обращаются. Значит, они мне доверяют.

Виктор Филонов отметил, что в этом году была проделана большая работа по утверждению Стратегии социально-экономического развития и Генплана Сочи.

ГЛАВНЫЕ РЕШЕНИЯ

- Каким был год? Какие наиболее важные решения приняли депутаты Городского Собрания Сочи в этом году?

- По инициативе главы Сочи Алексея Сергеевича Копайгородского 2023 год объявлен Годом архитектуры. Этому были посвящены практически все важные решения в городе. И если говорить о решениях Городского Собрания, то в этом году, на мой взгляд, было принято три основных решения. Первое - это бюджет на 2024 год. Мы его утвердили на крайней сессии. Почему я это выделяю? Потому что впервые после олимпийского периода принят мощный бюджет развития. Более половины средств направлено на строительство очистных сооружений, инженерных сетей, берегоукрепления, строительства и ремонта дорог и так далее. То есть это выполнение государственной программы по комплексному развитию города. Расходная часть бюджета составляет 54 миллиарда рублей. И большая благодарность здесь руководству страны и губернатору Краснодарского края Вениамину Ивановичу Кондратьеву.

Второе решение - Стратегия «Сочи-2035». Это очень важно, потому что долго шли дискуссии о векторе развития. В итоге, согласно документу, Сочи все же город-курорт. Цель - через 10 лет удвоить поток отдыхающих. Если мы сейчас принимаем около восьми миллионов отдыхающих, то к 2035 году турпоток должен составлять минимум 15 миллионов.

И третье решение - принятие Генерального плана Сочи. (Сессия, на которой рассматривается Генплан, состоится в среду, 27 декабря, то есть в день выхода газеты. - Прим. ред.)

Впервые Генеральный план берет во внимание комплексное развитие всего Сочи. Потому что крайний генплан касался олимпийского обустройства города: территории проведения Игр, гостевых зон.

Два года разработчики, специалисты департамента архитектуры и депутаты упорно работали. Актив архитектурного сообщества нашего города, общественные эксперты, председатели ТОС и общественники помогли, вносили предложения в проект Генплана и Стратегию нашего города. Это совместный с ними труд, за что я

благодарен всем им. Чтобы лет через 20 жители вспомнили и сказали, что наше поколение, заботясь о будущем нашего города, правильно определило вектор развития Сочи.

ПЕРВЫЕ ШАГИ В ПОЛИТИКЕ

- Как специальная военная операция отразилась на работе Городского Собрания в этом году?

- Во-первых, мы внесли изменения в нашу законодательную базу, по оказанию помощи семьям участников специальной военной операции. Во-вторых, практически каждый депутат Городского Собрания принимает участие в формировании гуманитарных грузов. Помощь идет не только для населения, но и для наших земляков, участвующих в специальной военной операции. Вот сейчас, накануне Нового года, уже сформирован очередной груз.

- Виктор Петрович, вы помните, когда пришли в политику?

- Да, хорошо помню. Я работал в школе учителем математики и завучем по воспитательной работе. Раздался звонок в приемной у директора. Сказали, что меня вызывают к секретарю райкома партии. У меня был опыт общественной работы в студенческое время. Секретарь предложил работать в райкоме комсомола. Тогда и начался этот путь.

После 1991 года я опять вернулся на любимую работу в школу. Но вскоре снова предложили работу в органах власти. Вот так и пошло. Повторюсь, я все время работал людьми: с детьми, с родителями. Поэтому это мне по душе. Основной принцип - уметь слушать и слышать. И, конечно же, помогать человеку.

- Что бы вы пожелали жителям Сочи и всего Краснодарского края в Новом году?

- Уходящий год выдался интересным, сложным, нестандартным. Но я верю, что для каждого полученный опыт пригодится и откроет новые горизонты. Мы все любим свою Родину, страну и, уверен, достигнем поставленных целей, направленных на процветание России, Краснодарского края и города Сочи.

ВАЖНО!

- Если чуть более подробно коснуться пока еще не принятого законопроекта о генеральном плане. Какие основные моменты Вы бы выделили из документа?

- ✓ Развитие социальной инфраструктуры;
- ✓ сохранение водно-зеленого каркаса;

Ключевые аспекты Генплана

- ✓ развитие транспортной инфраструктуры;
- ✓ развитие инженерных сетей и сооружений;
- ✓ создание 8 санаторно-курортных кластеров;
- ✓ отражение террито-

- рий с опасными геологическими процессами. Запланировано размещение:
- ✓ 312 объектов образования;
- ✓ 100 объектов здравоохранения;

- ✓ 71 объекта спорта;
- ✓ увеличение территорий зеленых насаждений общего пользования со 121 га до 1553 га;
- ✓ планируется строительство и реконструкция 45 объектов водоснабжения.

По поручению главы Сочи Алексея Сергеевича Копайгородского прошли обсуждения генплана в каждом населенном пункте муниципального образования город-курорт Сочи. В каждом районе были созданы офисы по ознакомлению с материалами проекта.

Проведены его общественные обсуждения. За этот период поступило более 6 000 предложений и замечаний. Таким образом в проекте резервируются земли под те объекты, которые действительно требуются в том или ином населенном пункте.

Оцениваем красоту, которую навели у себя дома знаменитости накануне Нового года.

Ах ель, что за ель нарядила Катя Лель

До Нового года осталось 5 дней

Окончание.
Начало на < стр. 1.

Юлия Пересильд и ее старшая дочь Анна, которую теперь все знают благодаря «Слову пацана», сидят у елки, которую только что нарядили. Девушки украсили ее игрушками из семейного чемоданчика - там, где их хранили бабушки и прабабушки. Такой винтаж прошлого века очень актуален - шары и игрушки из стекла, фетра, валяной шерсти и дерева.



Личная страница в соцсети Юлии Пересильд



Наталья Подольская и **Владимир Пресняков** нарядили для детей елку из игрушек, которые собирали члены их семьи в разные годы. Появилось у них дома и еще одно зеленое дерево - тематическое. У старшего сына пары, Артемия, елочка в футбольном стиле, на ней - мячи, медали и даже носки будущего чемпиона. Такой подарок мальчику, который «болеет» футболом, сделала его бабушка (мама Натальи Подольской).

Личная страница в соцсети Натальи Подольской

Катя Лель хвастается «игрушечной елкой», которую ей оформила Елена Ксенофонтова (на фото - с певицей). Ее новогоднее дерево декорировано большими игрушками, кусками торта и прочими атрибутами детского праздника. Вместо звезды на макушке распустился цветок. Такой декоративный хаос дизайнеры называют стилем бохо. Для него подойдет все - игрушки из «коробок детства», поделки детей из детсада, разномастные шары разных лет, крупные фигурки...



Личная страница в соцсети Кати Лель

Ольга Бузова пригласила декоратора, который нарядил елку согласно вкусам Зеленого Деревянного Дракона. Его любимые цвета - золотистый, красный, серебристый, белый. Поэтому на новогодней красавице переливаются шары этих цветов. На расположенных рядом столиках и полках настроение праздника создают икебаны из веток, игрушек, свечей.



Филипп Киркоров радуется своей огромной, богато наряженной елке. Тут смешались шары, гирлянды, стили. Но главное же - есть хорошее настроение!

Личная страница в соцсети Филиппа Киркорова

Елена Ксенофонтова, которая много лет профессионально занимается декором елок, представляет в этом году новинку - вот такую потолочную новогоднюю композицию. Прекрасный вариант для семей с маленькими детьми: любоваться можно, а опрокинуть - нет.



Личная страница в соцсети Елены Ксенофонтовой



Ксения Бородина каждый год берет в аренду разные новогодние деревья. В этот раз телеведущей нарядили елку, которая «пахнет» морозом, заснеженной хвоей и зимним лесом. Акцентные красные птицы и гирлянда с маленькими огоньками добавляют композиции праздничных ноток.

Личная страница в соцсети Ксюши Бородиной

Личная страница в соцсети Славы



Слава - чуть ли не единственная из звезд, кто наряжает живое, а не искусственное дерево. Делает это певица сама, с дочками. Елки у нее в каждой комнате дома. И хотя бы одна - живая. Слава говорит: «Обязательно ставим живую елку - это любимая семейная традиция. У нас сохранилось очень много елочных игрушек с давних лет, мы их миксуем с новыми шарами».

Личная страница в соцсети Ольги Бузовой

Подготовила
Ирина ВИКТОРОВА.



Самые странные презенты, которые коммерсанты предлагают на Новый год.

ЛУЧШИЙ МОЙ ПОДАРОЧЕК - ЭТО СТАС!



Для слабонервных

Сей плюшевый монстр преподносится как детская игрушка. Но нет уверенности, что описание верное. Хотя и на взрослую игрушку диковинка тоже не тянет. В описании прямо указано, что это «Попа бобра с зубами». Даже страшно жить на одной планете с человеком, которому в голову взбрела идея такого франкенштейна. Но, как говорится, дареному бобру...

1100 руб.



100 руб.

1 МИЛЛИОН ПАЗЛОВ

Еще один подарок-прикол. Пакет с как бы мозаикой венчает надпись, что она содержит «1 000 000 пазлов». Описание гласит, что собрать набор может только 1% населения. «Примечание: Не предназначено для того, чтобы кого-либо обидеть или причинить вред». На деле внутри всего лишь мелкая древесная стружка.

Дакимакура с кумиром

Дакимакура - это большая (150 см) подушка для объятий. Такие очень популярны у подростков. Особенно тех, кто увлекается аниме и видеоиграми. Потому как изображают на этом аксессуаре часто персонажей, причем нередко во фривольном виде. Но кто сказал, что почитательницы российской эстрады тоже не хотели бы заключить в объятия своих кумиров? Благо безумный бизнес дает нам и такую возможность - обнимайтесь со Стасом Михайловым на здоровье.

1500 руб.



Фляга-бинокль

Фраза «ни в одном глазу» заиграет новыми смыслами. Вообще свою основную функцию этот девайс не выполняет - оптики в нем никакой нет, только пластиковые заглушки для практичности. В оба окуляра можно залить жидкость. Вот раньше мужики женам говорили: «На рыбалку поедем!» А сами в снасти прятали пузырь. Сейчас же мужики хипстеры увлекаются, например, бердвотчингом - наблюдением за птицами. Наверное, эта штука для них. Жене сказал, что птичек пошел смотреть. Для отвода глаз взял бинокль. Ну и приходишь потом домой весь насмотренный...



1300 руб.



1000 руб.

Кисточка для чистки пупка

Презент человеку, у которого все есть. Золотая коробочка прилагается. Продавец подчеркивает, что это «люкс-версия» презента (значит, есть и для простых смертных?).

Голубь-Горыныч

С экологией нынче беда, зато с фантазией у людей порядок. Видимо, этот симбиоз и родил антистресс-игрушку голубя-мутанта. Антистресс тут заключается в наполнителе: легкие шарики, которые приятно сжимать. Подобные штуки продают давно: собачек, кошечек, тех же голубей... Но чтобы птицу с тремя головами? Наверное, вдохновлялись предстоящим годом Дракона.



650 руб.

Подушка для сна на рабочем месте

Создатели уверяют, что использовали в разработке все каноны инженерно-медицинской мысли. Подушка установлена на подставке под углом 40 градусов. Когда офисник, решивший покемарить за столом, прикладывает головушку, то шея и спина образуют угол 135 градусов, а это то, что нужно во избежание всяких «пережимов» сосудов. Правда, в отзывах пишут, что к устройству следовало бы еще платочек продавать: от такого сладкого сна за столом слюнки текут.

40° Static Traction

Hollow Breathable Fit the Contour



1400 руб.

Подготовил Андрей АБРАМОВ.

МИСС СТИЛЬ «КП»



Александра БОРЗЫХ, Самара:
- Я режиссер и ведущая мероприятий. Главной ценностью считаю позитивные эмоции людей - именно поэтому выбрала этот профессиональный путь.



Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:

- Хочу отметить невероятную талию Александры. С таким тонким станом носить приталенные женственные платья - лучшее решение. Правильный оттенок красного красиво сочетается с фарфоровой кожей.



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

Письма с фото присылайте по адресу: «Комсомольская правда», ул. Новодмитровская, д. 5А, стр. 8, Москва, 127015. На конверте напишите: «Мисс стиль «КП»». Или на e-mail: miss@kp.ru

АНЕКДОТЫ В НОМЕР

Женщины живут дольше мужчин. Это доказывает, что продлевает жизнь не смех, а истерики.

* * *

- Нет, дорогой, на этот Новый год ты будешь зайчиком! А не как в прошлом году - ковриком под столом!

* * *

Может, у кого-то есть что-то дома поесть? А то у нас все на Новый год...

* * *

Пить за здоровье - это все равно что есть за похудение.

* * *

Приемные экзамены в театральном вузе:

- Итак, Сидоров, что вы нам покажете?

- Тургенев, «Муму», монолог Герасима!

* * *

Почему, когда поют французские шансоны, воображается Франция, Париж. А вот когда поют наши - то перед глазами Магадан и Воркута.

* * *

Если у вас нет ничего для рассказа психоаналитику, стоит задуматься, не слишком ли пресную жизнь вы ведете.

* * *

Не знаю, что подарить мужу на Новый год - все, что мне надо, у него уже есть...

* * *

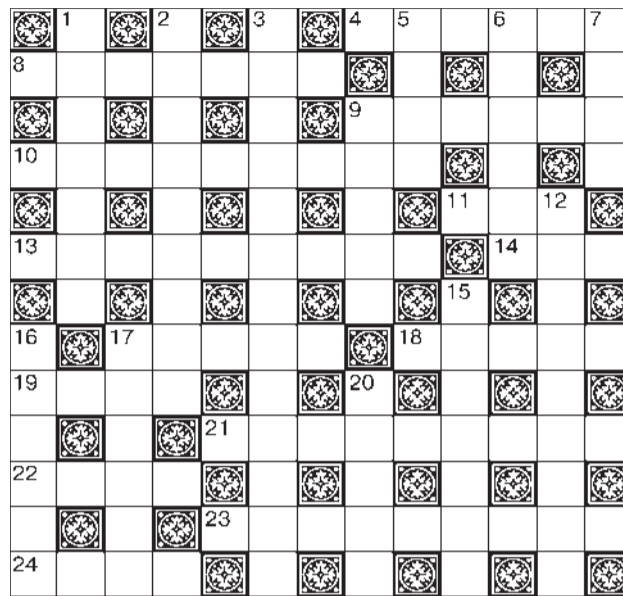
Проснулся. Время на будильнике 07:00. Ощущается как 03:45...

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. Что трепещет во втором круге дантова «Ада»? **8.** Не ребенок, а сто рублей убытка. **9.** Шарик на берете. **10.** Аналитик землетрясений. **11.** Утрата любопытной Варвары. **13.** На что похоже канапе? **14.** «Ну как тут рисовать ... яркими красками, если в наличии лишь черная и белая!». **17.** Что исповедуют посетители мечети? **18.** Кто помог коту Бегемоту из романа «Мастер и Маргарита» устроить погром в Торгсине? **19.** Жизнь в интернете. **21.** Кто постоянно нацелен на повышение по должности? **22.** «Когда ... знают, что в них веришь, начинаются чудеса». **23.** Полевой шпат. **24.** Зал для променада в антракте.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Какой французский мореплаватель был в свое время радушно принят военным гарнизоном Петропавловска-Камчатского? **2.** Олимпиец в санях. **3.** Что сложнее всего сохранить в минуты опасности? **5.** Крапивное ранение. **6.** Что в наличии у волшебника-недоучки из игривой песенки? **7.** Первый препарат в истории гомеопатии. **9.** Причина меззиво Эмбер Хёрд с Джонни Деппом. **12.** Какого великого русского конструктора сыграл Юрий Яковлев в фильме «Поэма о крыльях»? **15.** Перец для гуляша. **16.** Кем был великий Данте, прежде чем перейти к гибеллинам? **17.** Металл с радужным именем. **20.** Чье лицо в сказке про Золотой ключик обильно осыпано пудрой?

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Воздух. **8.** Шалопай. **9.** Помпон. **10.** Сейсмолог. **11.** Нос. **13.** Бутерброд. **14.** Мир. **17.** Ислам. **18.** Фатат. **19.** Вирт. **21.** Карьерист. **22.** Люди. **23.** Микрокин. **24.** Фойе. **ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.** Ляпуз. **2.** Бобслеист. **3.** Самообладание. **5.** Ожог. **6.** Диплом. **7.** Хина. **9.** Лобон. **12.** Сикорский. **15.** Паприка. **16.** Гельф. **17.** Иридий. **20.** Пьеро.

Погода на завтра, 28 декабря

	день	ночь	
Краснодар	+5...+7	+0...+2	Давление - 768 мм рт. ст. (норма - 771 мм рт. ст.) Относительная влажность воздуха - 60% Ветер - 5 м/с, восточный Восход - 08:01 Заход - 16:48 Убывающая Луна
Майкоп	+5...+7	-2...+0	
Ейск	+3...+5	+0...+2	
Сочи	+8...+10	+1...+3	
	ясно ☀️	облачно ☁️	пасмурно ☁️
	дождь 🌧️	гроза ⚡️	снег ❄️

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

Если у вас есть: ● тема для публикации ● отклики на статью ● жалобы на доставку

Звоните нам!

(495) 777-02-82

Ваше мнение для нас важно!

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.

Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.

Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.

Учредитель, редакция и издатель - АО «Издательский дом «Комсомольская правда».

Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.

НАШ АДРЕС: «Комсомольская правда», Новодмитровская, д. 25, 8-й этаж, пом. 800, Москва, 127015. Ценные почтовые отправления не доставляются. Тел: (495) 777-02-82, факс - (495) 637-64-22 e-mail: kp@kp.ru Web-сервер: www.kp.ru отдел рекламы тел.: (495) 777-02-82 e-mail: advert@kp.ru служба распространения - (495) 777-02-82

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индексы П1101, ПМ976 Тип. №

Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30 ISSN 0233-433X

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2023», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.

Тираж этого номера: 170 367 экз.

АО ИД «Комсомольская правда», 2023. Размещенные в газете материалы не подлежат использованию другими лицами в какой бы то ни было форме без разрешения правообладателя. Приобретение авторских прав: mtv@kp.ru

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



Директор филиала - Д. Г. МИХЕЕВ
Главный редактор - О. В. СУХОВА
kuban@phkp.ru www.kp.ru
Служба рекламы:
reklama.krasnodar@phkp.ru

ВЫПУСК ПОДГОТОВЛЕН КРАСНОДАРСКИМ ФИЛИАЛОМ АО ИД «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

350000 г. Краснодар, ул. Октябрьская, 72.
Телефон многоканальный - 8 (861) 992-7-992.
WhatsApp, Viber, Telegram - 8 (961) 590-70-90.

Отпечатано:
НАО «Печатный двор Кубани»,
350072 г. Краснодар,
ул. Тополиная, 19.
Заказ № заказ заказа 3602.
Цена свободная.