

«Сохранилась ли у вас упаковка от SIM-карты?»:
Журналист «КП» ловко разоблачила мошенника

Читайте на стр. 3 ▶



РАДИО КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА FM.KP.RU
 Иркутск 91,5 FM | Братск 99,5 FM

«ТЕМА ДНЯ»

Обсуждаем главные события выходных и понедельника - 18.00

radiokp.ru



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



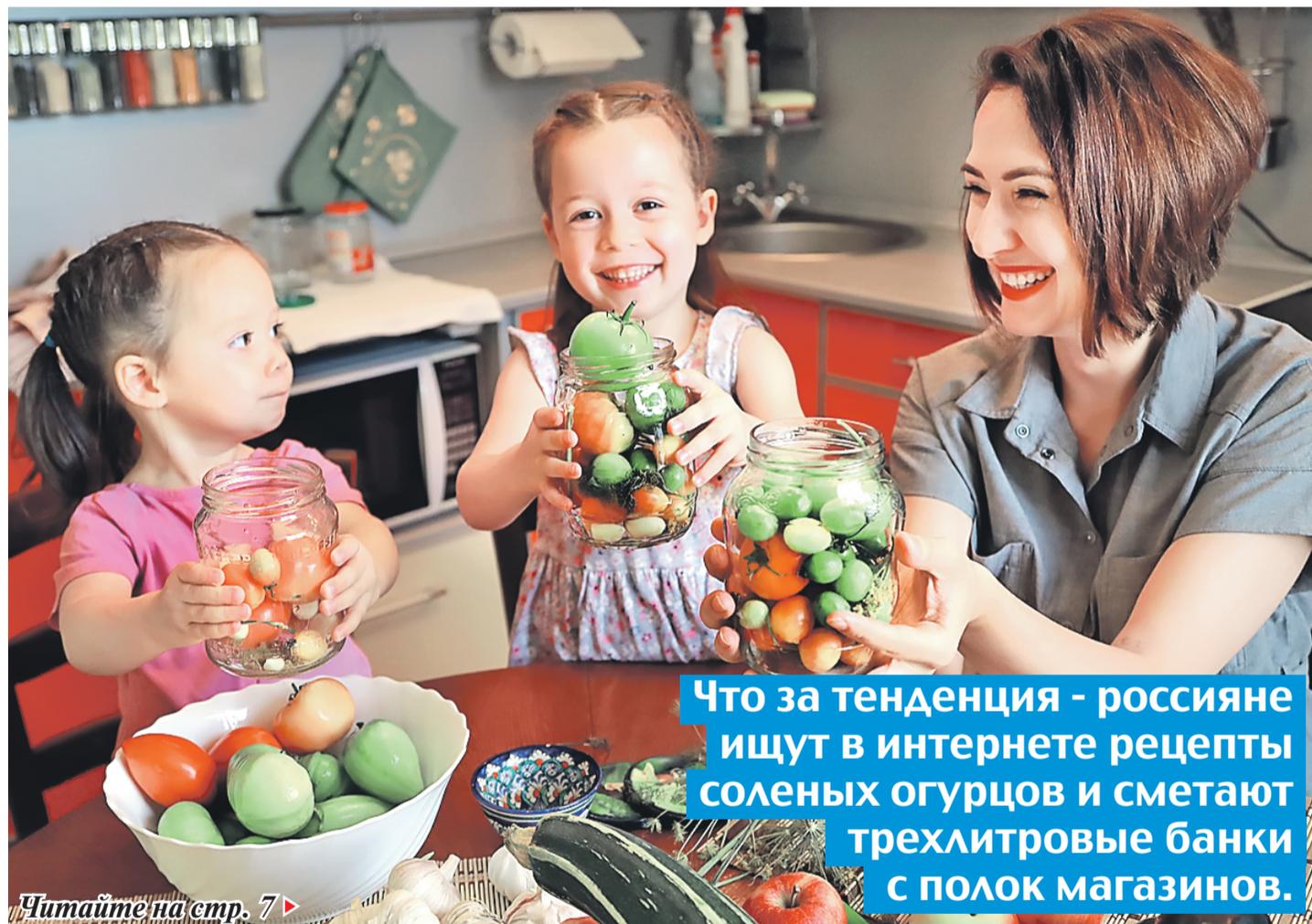
Основана в мае 1925 года

Понедельник, 29 сентября
 № 73-п (27721-п)/2025 год

Газета нашего города • Иркутск

KP.RU | **3 461 000**
 УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
 ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Заготовки - снова в моде!



Что за тенденция - россияне ищут в интернете рецепты соленых огурцов и сметают трехлитровые банки с полок магазинов.

Читайте на стр. 7 ▶



Украина для России не потеряна

Дмитрий СТЕШИН, военкор «КП»

Всеукраинский шпехенфюрер - «мовный омбудсмен» с говорящей фамилией Ивановская пожаловалась, что ее дочь - блогер - ведет соцсети на русском. «Украинизация» провалилась?

Сеанс саморазоблачения Елены Ивановской переполошил бандеровских активистов. Омбудсмен процитировала диалог со своей дочерью:

- Я говорю ей: «София, ну как так?». А она: «Мама, кто же меня будет читать, если они все говорят на русском?» - по печалилась омбудсмен.

Продолжение на стр. 2 ▶

Проезд на маршрутах Иркутск-Ангарск подорожает

Ангелина ОГЕР

Стоимость увеличится уже второй раз за год.

С 1 октября изменится стоимость билета на маршрутах Иркутск-Ангарск. Речь идет об автобусах №372 и №375. Объявления о грядущих изменениях уже появились в некоторых автобусах.

- Теперь стоимость составит 190 рублей в одну сторону, - подтвердили «Комсомолке» в компании-перевозчике, которая обслуживает маршруты.

Заметим, стоимость проезда на этом направлении увеличится уже второй раз за год. За провоз багажа нужно будет дополнительно заплатить 45 рублей. Перевозчик объясняет, что повышение тарифов связано с отраслевой инфляцией.



Евгений ОГАРИН



Самые важные новости, фото и видео - в телеграм-канале «КП» - Иркутск»

@IRKKP

На улице Лермонтова появилась новая пешеходная зона

Полина ПШЕННИКОВА

Работы провели на участке от Улан-Баторской до Академической.

В Иркутске на улице Лермонтова завершилось благоустройство по программе «Народные инициативы». Теперь здесь можно с комфортом прогуляться и отдохнуть на новых скамейках и стильных парковых диванах.

- Жители округа не первый год активно предлагают свои идеи по преобразованию отдельных пространств, голосуют и участвуют в их реализации. За последнее время появились новые места отдыха, приведены в порядок отдельные территории,



Евгения ГУСЕВА

обустроены зоны для занятий спортом, - прокомментировал глава Свердловского округа Антон Медко.

Работы провели на участке от Улан-Баторской до Академической. Кроме удобных скамеек, установили современные урны и фонари, уложили качественную плитку.



Дмитрий СТЕПИН,
военкор «КП»

Украина для России не потеряна

Всеукраинский шпехенфюрер - «мовный омбудсмен» с говорящей фамилией Ивановская пожаловалась, что ее дочь - блогер - ведет соцсети на русском. «Украинизация» провалилась?

Окончание.
Начало на **стр. < 1.**

Могу представить, какое лицо было в этот момент у чиновницы, чья должностная задача - следить за насаждением мовы и выпи-сывать штрафы за русский язык. Это в среднем 300 евро, а при рецидивах - тюрьма. И тут такой троянский конь обнаружен в благородном семействе. Неудобно.

Пытаясь оправдаться, Ивановская свалила все на «дух противоречия у подростков» и даже усмотрела «руку Москвы», ну как без этого:

- Русскоязычные блогеры хорошо ориентируются в возрастной психологии. Недаром они так искусно цепляют на крючок наших детей, - с горечью заметила шпехенфюрер.

Но на этом она не успокоилась и решила всех добить. Напомню, в 2019 году Украина приняла закон «Об обеспечении функционирования украинского языка как государственного». К закону прилагались «языковые патрули» и доноски - все ли говорят вокруг на «соловиной»? Еще есть стукачи на тех, кто ставит русскую музыку в кафе или такси, на официантов, продавцов... Так вот, спасибо СВО, но «языковых патрулей» на Украине не будет. Не до этого:

- Все ресурсы сосредоточены на обороне. В таких условиях появление еще и «языковых патрулей» может быть воспринято людьми как давление и вызвать дестабилизацию, - не сморгнув, заявила Ивановская.

ЯЗЫК ПРОТЕСТА

Панику омбудсмента подкрепила и статистика.

Тут надо заранее предупредить, что беда мовы даже не в том, что ее приходится насаждать. А в том, что ее изначально лепили ради политической сообразности - как конструктор из разных языков, лишь бы отличался от русского. В итоге насадить его можно, но вшить в подкорку, в сердце уже сложнее.

Еще за месяц до майдана известная американская социологическая компания проводила анкетирование в регионах Украины (видимо, знали что-то и готови-

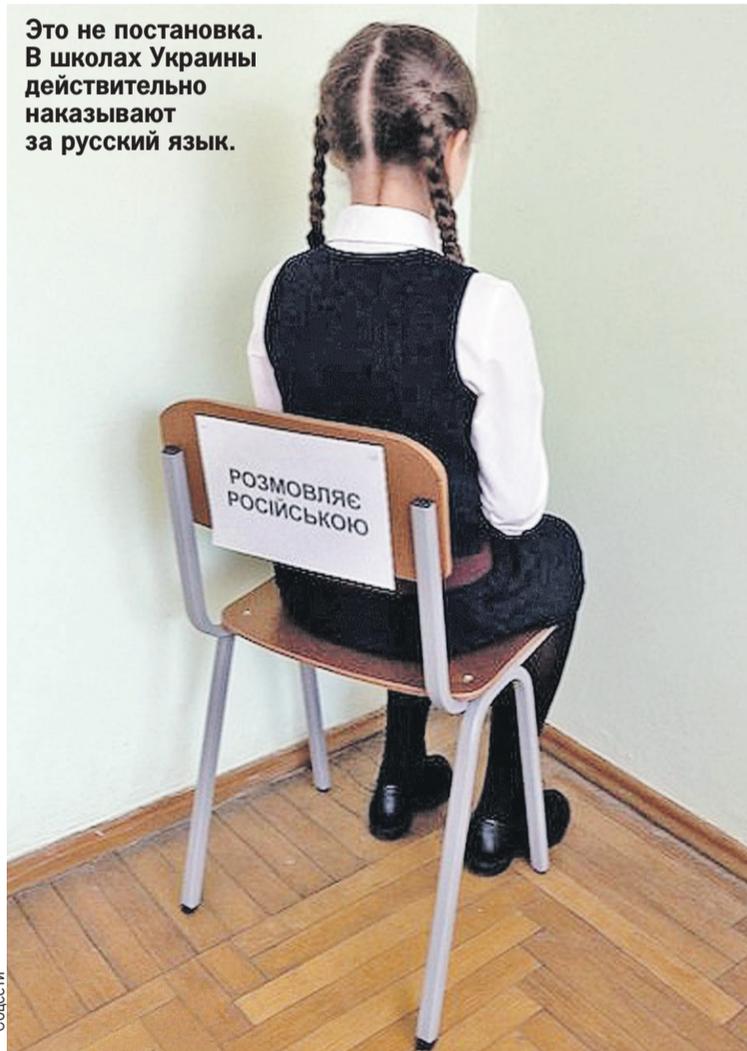
лись). Анкетирование было с «двойным дном». Вопросы невинными - о любимой марке зубной пасты, но анкеты предлагались на выбор: на русском или на мове. Даже в «западных областях» почти 80% анкет заполнялось на русском. На юго-востоке - более 90%. Многие уже позабыли, но и в Крыму, и в Донбассе поводом для восстания против бандеровской власти был запрет русского языка - первое решение победившего в Киеве майдана.

Майданного президента Петра Порошенко это

не остановило. Он объявил мову «единственным государственным языком». 75% телерадио-программ должны были быть на «державной мове». Зеленский запретил «москальску мову» в эфире и госучреждениях полностью! Заодно ликвидировал и «русские школы». К чему это привело, со скорбью сообщила украинская «Госслужба качества образования»: в 2022 - 2023 годах 91% школьников называли родным украинский язык, а сейчас таких стало 74%. В это исследование вкралась нелогичность:

«На чисто украинском языке за пределами школы общается менее 40% школьников. На востоке страны таких только 17%, на западе - 74%».

Это не постановка. В школах Украины действительно наказывают за русский язык.



Соцсети

ТОЛЬКО ЦИФРЫ ВЫБОР ЯЗЫКА ОБЩЕНИЯ



ЦИТАТА

Любомир МЕЛЬНИЧУК,
депутат Львовского горсовета (сентябрь-2025):

«Если мы выйдем на улицу, то увидим, как Львов потихоньку русифицируется. Город, который мы с гордостью называли «украиномовным», тихонько теряет свой статус. Это катастрофа и великая проблема».

Но ведь так не бывает, что в анкете указан родным украинский, а в жизни ты говоришь на русском! Социологи отметили и перетекание молодежи в русскоязычные соцсети - ушло 11%. При этом Одноклассники и ВКонтакте на Украине под запретом. С этим там строго, не забалуйся. Но в целом цифры красноречивые, как и итоги «украинизации»:

«В восточных и южных регионах в повседневном общении преобладает русский язык», - пишут авторы исследования.

За что стоял майдан? Никто уже не ответит. Парубия пристрелили, Фарион тоже, Порошенко бывает на Украине все реже, а Яценюк поселился в Майами и не отсвечивает. С них спроса нет. Как не будет и с Зеленского. Вариации лишь в конечной точке бегства.

КРАХ ЭКСПЕРИМЕНТА

Самое жесткое тестирование востребованности мовы я увидел в Донбассе, в далеком 2016-м. Школа в одном из самых опасных донецких районов «Трудовские». Стекла вставляют раз в месяц. В классах, по стенам, осколочная осыпь - бандеровская БМП обстреляла прямой наводкой, всю «карусель» выпустила. Дети при мне за 3,5 минуты спустились в подвал-бомбоубежище. Натренированы. По закону ДНР, в школе этой обязаны были организовать класс украинского языка.

- Никто не записался в этот класс, - рассказала мне директриса. - Не потому, что Украина нас обстреливает, просто не говорят у нас на украинском.

МОВНАЯ МЕСТЬ

Сама же Украина продолжает говорить на русском,

поскольку химию, физику и математику невозможно преподавать на мове, нет терминов. Сдавшийся в плен под Красногоровкой взэушник, бывший железнодорожник, так и сказал мне: «Связь и общение на железной дороге, конечно, на русском. А на каком еще?» Мой вопрос его даже удивил. Была бы мова живым языком, технические термины давно бы заместились. Но «гвинтокрыл» или «хеликоптер» это не замещение, а намеренное искажение русского.

С музыкой то же самое. Старшее поколение как слушало русский рок и попсу, так и слушает. А молодежь давно уже сидит на русском рэпе.

И читают по-прежнему на русском. Открываем книжный сайт, раздел любого современного автора. Туда обязательно запихали перевод на мову - еще Порошенко начал это оплачивать. И посмотрим, сколько тысяч скачали книгу на русском и сколько штук решили читать ее на мове.

С фильмами и сериалами, надеюсь, тоже все понятно.

А на каком языке ведется радиообмен в ВСУ на фронте, и говорить нечего.

Молодежь чует лицемерие очень четко. И понимает, что загон всех в мову - рукодельный хуторской тупик. Он молодежи не интересен. И у них не будет никакого отторжения русского при возвращении России. Украина начинает это понимать. К сожалению, через боль. Чудовищный эксперимент по перепрошивке полсотни миллионов людей движется к своему завершению. Увы, потеряв по пути половину населения...

ТОЛЬКО ФАКТ

Дети русского корня

Перед вами табличка - исследование украинской «Госслужбы качества образования». Корректность цифр сомнительна, но тут интересней динамика! До СВО 82% учеников назвали мову родным языком. 18% не побоялись сознаться, что для них родной - русский. На пике военных действий и антироссийской пропаганды - уже 91% назвали мову родной речью. Признаться, что ты «москаль», тогда стало совсем страшно.

А вот потом... Пошел полный откат, выход из истероидного состояния. Молодежь первую достала укропропаганда - в 2024-м уже четверть школьников - 26% - не испугались назвать русский язык родным. И, скорее всего, эта цифра еще занижена, насколько возможно.

Это лучший ответ тем, кто кричит, что Украина навсегда потеряна для России. И украинская молодежь тоже потеряна.

Ничего не потеряно. История циклична, особенно если это возврат к корням, к своей сути и смыслу.

Молодежь это видит.

29 сентября 2025 года

НОВОСТИ ИРКУТСКА

КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА



№18 (209)



Анастасия - всегда в курсе новостей, но даже ее жулики застали врасплох.

Виктория КУДАЕВА

Наш журналист разоблачила мошенников благодаря одной фразе.

Обычный будничней день, журналист КП-Иркутск Анастасия Курмазова сосредоточенно работала, писала очередной материал. Неожиданно зазвенел телефон...

«ПОДУМАЛА: А ВДРУГ ПРАВДА?»

- Номер незнакомый, но похож на местного оператора связи, - рассказывает Анастасия. - Я как журналист снимаю трубку, даже если номер не определяется, мало ли, может, вопрос по работе, но только том случае, если он региональный. На звонки из других регионов - нет, это обычно спам или мошенники. По-

■ ШОК!

Пациентке по ошибке удалили здоровую почку

Регина РАХИМОВА

Врачи перепутали ее анализы с анализами другого пациента.

«У вас новообразование»... - эти слова врачей стали громом среди ясного неба для Тамары* из Бурятии. Весной 2025-го женщина пришла на обычное обследование - компьютерную томографию органов малого таза и услышала страшный диагноз: «рак правой почки».

Сибирячка не стала терять время и согласилась на операцию. Хирурги удалили орган целиком, ведь опухоль имела такие особенности, что сохранить его было невозможно.

Но спустя время кошмар Тамары приоб-

рел новый оборот. Оказалось, что ее правая почка была абсолютно здорова!

Итак, 1 апреля Тамара прошла компьютерную томографию. Результаты исследования показали опухоль. Диагноз подтвердили врачи.

Женщина, не веря в услышанное, решила пройти еще одно исследование. Она сделала УЗИ. Результаты оказались чистыми: никакой опухоли не обнаружили. Но, как позже выяснилось, эти данные не попали ни в ее электронную медкарту, ни к лечащему врачу.

Операция была назначена, и врачи действовали на основании результатов КТ. Во время хирургического вмешательства невозможно было визуально определить наличие или отсутствие опухоли в силу особенностей заболелания. Врачи удалили орган полностью.

■ ОФИЦИАЛЬНО

«Не сообщайте никому коды и другие данные»

- Срок действия сим-карт и договоров на пользование сотовой связью не ограничен, и никаких кодов «для продления договоров» диктовать ни в коем случае нельзя! - отмечают в пресс-службе МВД Иркутской области. - Совершается попытка доступа к вашему личному кабинету на портале «Госуслуг». Номер СНИЛС или ИНН тоже нельзя сообщать, так как это первый этап доступа к вашим «Госуслугам». Если с вами завели разговор об окончании срока действия вашей сим-карты, сразу кладите трубку.

ка ответила отрицательно: покупка осуществлялась уже очень давно.

- Видите ли... - продолжала собеседница, - ...на оригинальной упаковке SIM-карты находятся уникальные PUK-коды. Для обновлений условий нашего соглашения мне нужны эти данные. Но это решаемо! Если упаковки нет, я вышлю вам новый код через SMS-сообщение, а затем прошу озвучить его мне.

ПРИШЕЛ ПОДОЗРИТЕЛЬНЫЙ КОД

В этот момент Анастасия насторожилась: она прекрасно знала, насколько опасно разглашать любые личные коды, особенно незнакомым людям по телефону.

- Могу ли я сама продлить соглашение через личный кабинет? - переспросила сибирячка.

- К сожалению, сделать это невозможно! - сказала,

как отрезала, собеседница. И в тот самый миг на экране смартфона появилось уведомление.

- Но ведь настоящие PUK-коды состоят из гораздо большего количества символов, - рассказывает Анастасия. - А мне пришло короткое четырехзначное число. Явно что-то не так! Я сказала, что все поняла и прекратила разговор.

Затем сибирячка самостоятельно вошла в личный кабинет абонента и написала в поддержку. Рассказала о случившемся.

- Ответ пришел, какого и ожидала - меня пытались обмануть мошенники, потому что договор на обслуживание сим-карты действует бессрочно, - рассказывает Анастасия. - После этого я передала специалистам контактный номер звонившей женщины, надеясь на то, что эта информация поможет предотвратить подобные попытки обмана.

■ А В ЭТО ВРЕМЯ

«Родителям отрежут руки и ноги»

Екатерина ПУШКИНА

Девятилетнюю девочку от потери 700 тысяч рублей спас самозапрет.

9-летняя Аня (имя изменено по этическим причинам - Ред.) из Улан-Удэ, как и многие дети, любит проводить время в телефонных играх. Получив однажды ссылку на новое развлечение от одноклассницы, перешла. Дальше ей написала девушка, которая представилась именем популярной блогерши, которая снимает детский, познавательный и развлекательный контент. Аня была наслышана о ней.

- Блогер предложила ей якобы бесплатную внутриигровую валюту. Девочка вступила с ней в переписку, - рассказывают подробности в ГУ МВД по Республике Бурятия.

Общение школьницы длилось около двух часов. А после Аня получила указание от собеседницы: «Сфотографируй мамин телефон и отправь мне эти снимки. А также присылай коды, которые будут приходить на телефон». Девочка начала сопротивляться, тогда ребенку посыпались угрозы: «Сейчас к тебе домой приедут, родителям ноги и руки отрежут. Посадят на пять лет».

Девочка хотела прекратить беседу, писала о том, что ей нужно идти спать. Но незнакомка запретила ей выходить из чата и продолжала давать инструкции. Действуя по указаниям аферистов, школьница зашла в приложение банка мамы и перевела на указанные счета 25 тысяч рублей.

Весь вечер Аня скрывала произошедшее от родителей. Ее замкнутое поведение насторожило взрослых. Именно тогда мама решила проверить телефон ребенка и обнаружила переписку с аферистами.

- Кроме того, мошенники пытались оформить кредиты. Насчитали 700 тысяч. Хорошо, что до этого муж поставил самозапрет на кредиты в портале «Госуслуги», - рассказывает мама Ани. - А ведь мы ее сколько раз предупреждали! Все равно не уследили...

Родители Ани обратились с заявлением в полицию. Заведено уголовное дело по статье «Мошенничество».



©IRKKP

Самые важные новости, фото и видео - в телеграм-канале «КП» - Иркутск»

Открытый путь для сильных духом

Направление одно из самых молодых, но уже довольно популярных.



Борис КУДРЯВОВ

Елизавета ГРИГОРЬЕВА

Кудо - микс из шести восточных единоборств.

Угадайте один из самых молодых, но популярных видов спорта. Подсказка первая - зародился в Японии чуть больше 40 лет назад. Еще один намек - это микс из шести восточных единоборств. Все еще думаете? Тогда третья подсказка - в переводе с японского языка его название означает «открытый путь». Итак, правильный ответ - кудо. Скажете, что отгадали? Поздравляем! Если нет - ничего страшного. Мы сейчас подробно расскажем про этот вид спорта. И кто знает - может вам захочется не только узнать про кудо побольше, но и записаться на тренировку.

ЯПОНСКИЙ СПОРТ С СИБИРСКИМ ХАРАКТЕРОМ

Отцом основателем кудо считают японца Адзума Такаси. Первоначально он достиг значительных успехов в киокусинкай, стал обладателем черного пояса 9 дан из 10 возможных. А потом решил создать собственный стиль единоборств, добавив в направление элементы из тайского бокса, дзюдо и джиу-джитсу. В частности, удары в голову, борьбу на ковре, болевые и удушающие приемы. Так получилось кудо, или, как еще называют это направление, японский рукопашный бой. Рассказывают, что изначально господин Такаси полагал, что дальше Японии этот вид спорта распространение не получит, но ошибался - сегодня кудо популярно во всем мире и даже претендует на включение в список олимпийских дисциплин. Наш регион не исключение - несколько тысяч девочек и мальчишек, а также их родителей активно занимаются кудо. Тем самым не просто поддерживают себя в отличной физической форме, но и показывают весомые результаты на соревнованиях различного уровня. Восемь спортсменов добились звания мастера спорта России. Так, в ноябре прошлого года такое звание получили сразу четверо кудоистов Приангарья - Александр Минутдинов, Роман Моргунов, Александр Сафеев, Владимира Щербенева. У каждого в копилке - десятки наград. Единственная девушка в этой четверке - яркий представитель

мира боевых искусств. Владимира не только мастер спорта по кудо, но еще и кандидат в мастера спорта по панкратиону и ушу-саньда, трижды становилась призером чемпионата России по панкратиону, завоевала серебро на чемпионате по ушу-саньда и бронзу на чемпионате по кудо. У нее - черный пояс 1 дан.

ВЫХОД ИЗ ЗОНЫ КОМФОРТА

- Прийти в кудо можно в раннем возрасте - записывают в секции с трех-четырех лет, - рассказывает Антон Сидоренко, тренер по кудо, представляющий один из сильнейших клубов региона «Гладиатор». Сразу со сложных приемов не начинают. Первое время малыши постигают азы, тренируют растяжку и гибкость. Одновременно детей учат правилам поведения и той философии, которой придерживается кудо, в частности, уважению к соперникам и старшим товарищам, тому, что важно контролировать эмоции и не вступать в конфликт без необходимости.

- Каждый, кто когда-то начал свой тренировочный путь, сталкивается с моментом выхода на соревнования, - рассказывает Антон Сидоренко. - Начинается сомнения - а вдруг меня побьют, там все опытнее меня. В кудо есть разделение спортсменов по уровню подготовки, по поясам. Начальный уровень проводит поединки с начинающими, а опытные вараются уже в своем котле. Так, к примеру, для «зеленых» спортсменов в мае

прошли соревнования в Саянске - это была возможность для ребят из разных городов региона проверить себя, сразиться за медаль. Кто-то из новичков первый раз шагнул на татами, бороться пришлось не только с соперником, но и со своими эмоциями. Это был шанс выйти из зоны комфорта и показать характер.

По результатам еще одних соревнований - прошедшего весной этого года чемпионата и первенства города Иркутска по кудо - тройка команд-призеров выглядит следующим образом: первое место у ангарчан из клуба «Гладиатор», второе - у спортсменов из саянского клуба «Грифон», на третьем - иркутский клуб «Панчер». При этом Иркутск выставил самое большое количество команд - целых четыре!

ЧТОБЫ ЛЕНЬ НЕ УБИЛА МЕЧТУ

Для победы, отмечает тренер, иной раз нужно не только попотеть. Рассказывает, что в этом году перед всероссийскими соревнованиями по кудо в Томске паре спортсменов пришлось забыть о вкусняшках - иначе был риск не попасть в свою весовую категорию.

- Ребята отнеслись к этому стойко, без лишних эмоций. Пару дней правильного питания продвинули ближе к заветной цели. Речь, конечно, не о настоящей голодовке, но для детей куриная грудка на пару и овощи сродни отсутствию еды, - делится опытом тренер.

«Дисциплина - мать побед» и «Лень

КСТАТИ

Эффективное сочетание

Кудо соединяет в себе самое эффективное из разных видов боевых искусств:

- техника работы рук - из классического бокса;
- удары локтями и коленями - из тайского бокса;
- мощные удары ногами - из каратэ киокусинкай;
- броски, болевые и удушающие приемы - из самбо и дзюдо;
- защитная техника - симбиоз защиты из всех перечисленных единоборств.

убьет твою мечту» - об этом также не устают напоминать воспитанникам в «Гладиаторе». Тренировки, сборы, мастер-классы от именитых спортсменов - отдыхать некогда. Обычная программа осенних каникул - усиленные тренировки, утренние пробежки по 45 минут, отработка ударных техник, отдельные дни для борьбы, функциональные тренировки, дружеские спарринги с ребятами с других видов спорта.

- В летние каникулы мы традиционно проводим сборы, - добавляет Антон Сидоренко. - Цель - из современных «телефонных» детей сделать дружную, сплоченную команду. Нам это удастся. Ребята не только играют, бегают, тренируются, рисуют, купаются, а также моют посуду, помогают готовить, чистят овощи, накрывают столы, стирают свои вещи, пилят и колют дрова. Это тоже часть восточной философии - приносить пользу людям.

Кстати, если вы давно вышли из школьного возраста и за медалями не гонитесь - это не значит, что кудо не для вас. Для поддержания себя в тонусе этот вид спорта тоже вполне подходит. И возрастных ограничений нет. А вот с врачом стоит проконсультироваться и рассказать тренеру о существующих ограничениях, чтобы он подобрал индивидуальную программу занятий. Для старта ничего покупать из снаряжения не нужно. Главное - желание вступить на этот путь и открыть себя с новой стороны.



Анатолий ЖУДАНОВ

Некоторые элементы взяты из дзюдо.



ФАКТ

Иркутск минувшим летом на несколько дней превратился в гоночную столицу мира. В городе стартовало международное ралли «Шелковый путь - 2025». Это труднейшая гонка на дистанции 5000 километров, причем половина из них - по бездорожью. Маршрут проходит через Россию и Монголию, а участниками гонки стали представители 15 стран. У жителей и гостей города была возможность увидеть в непосредственной близости гоночные автомобили, и собственноручно старт ралли. Такое не забывается!

Гид по автоспорту

Евгения ГУСЕВА

Елизавета ГРИГОРЬЕВА

От детского картинга - до экстремального вождения.

Говорим автомобили, и сразу на ум приходят дорожные пробки. Не будем о грустном. Лучше поговорим про азарт, высокие скорости, гоночные трассы - все, чем так знаменит автоспорт. Большинство из нас следит за гонками со стороны - кто-то смотрит соревнования на экране, кто-то пробуем «погонять» в компьютерной игре. А если все же хочется большего? Где можно прикоснуться к автоспорту по-настоящему, почувствовать себя частью столь увлекательного мира? Отвечаем на эти вопросы.

ЗА РУЛЬ РАНЬШЕ, ЧЕМ ПОЛУЧИЛ ПРАВА

Путь в автоспорт для многих начинается вовсе не с получения водительских прав. А с картинга - небольших, легких и маневренных автомобилей. Наверняка, не раз такие видели - в Иркутске есть несколько клубов, где можно сесть за руль карта. Но сразу отметим, что удовольствие это не копейное. Абонемент на четыре занятия по часу в группе в одном из

клубов обойдется в пять тысяч рублей. Индивидуальная тренировка будет стоить три тысячи рублей. Обучение начинается с самого простого - правильной посадки в карте. Дальше по нарастающей - слаженная работа с рулем и педалями, умение эффективно обгонять соперника, обучение управляемым заносом и многое другое. Плюс уделяют внимание воспитанию лидерских качеств и психологии гонщика. В данном случае используются электрокары - они экологичные, ездят без шума, пыли, дыма и запаха. В пилоты принимают даже совсем малышей, начиная с 5-летнего возраста.

ПОЧТИ «ФОРМУЛА-1»

Запись на несколько программ картинга предлагает портал дополнительного образования «Навигатор 38». В описании одной из них стоит цитата знаменитого Михаэля Шумахера в ответ на вопрос: чем картинг отличается от «Формулы-1». «Практически ничем, разве что только в «Формуле-1» динамика разгона и скорости выше», - сказал знаменитый гонщик. Секции есть в разных городах региона. В Иркутске - на базе Центра развития до-



ЦИФРА ДНЯ

4 мастера спорта России по автомобильному спорту сейчас есть в регионе.
2 из них получили эти звания в 2023 году. Это братья Василий Демин и Алексей Масиков. Василий занял третье место на чемпионате России в дисциплине «кросс». Алексей стал вторым на чемпионате страны и третьим на Кубке России. Ранее соответствующие звания спортсмены нашего региона получали в 2012 году. Кроме того, пятеро представителей Приангарья в 2020-м году стали «Спортивным судьей всероссийской категории» по автомобильному спорту.

полнительного образования детей. Здесь программа серьезная, предусматривающая не только уроки вождения. Предполагается, что дети освоят слесарные инструменты, научатся тонкостям регулировки двигателя и ходовой части карта, овладеют приемами работы на различных металлообрабатывающих станках. Но также они научатся двигаться на карте по учебной трассе и управлять им в условиях спортивных соревнований, предусматривающих, в том числе, фигурное вождение. Кстати, одно из самых известных в регионе учреждений дополнительного образования в сфере автоспорта находится в Братске. Это местная Детско-юношеская

спортивно-техническая школа по автоспорту. Здесь уже нужно проходить отбор - сдавать контрольные тесты на координацию, силу, выносливость, вестибулярную устойчивость. В начале 2025-го года в Братске прошел открытый чемпионат и первенство Иркутской области по автомобильному спорту в дисциплине картинг. Среди лидеров - спортсмены из областного центра, а также хозяева соревнований и ангарчане.

АДРЕНАЛИН И ЖЕЛЕЗНЫЕ НЕРВЫ

Для взрослых, которые хотели бы не просто «погонять», а существенно повысить свой уровень автовождения в на-

шем городе уже двадцать лет действует Центр высшего водительского мастерства. Здесь учат - как действовать в экстремальных условиях на дороге. В программе в том числе - правильное построение безопасной траектории при прохождении поворотов различной сложности, экстренное маневрирование, прогнозирование поведения автомобиля в экстремальных условиях движения и формирование психологической устойчивости для действий в критических ситуациях. В общем, все то, что и требуется в автоспорте.

Отдельная программа касается управления автомобилем в критических ситуациях на льду. Здесь уроки и вовсе не для слабовольных. Например, прохождение поворотов в заносе и в силовом скольжении, вращения автомобиля на 360, 720, 1080 градусов и способы выхода из вращения, экстренный разгон на скользком покрытии, полицейский разворот. Вот где точно понадобятся железные нервы.

Цель обучения здесь - вовсе не в том, чтобы взрослые потом «летали» на скорости. А в повышении уровня безопасности водителя.

ВАЖНО!

ТОП-5 качеств, необходимых гонщику

- 1. Зрительное восприятие:** речь не просто об остроте зрения, а о способности получать максимум информации глазами, не пропуская деталей.
- 2. Чувство скорости:** говорят, что великие гонщики без приборов могут проходить трассу раз за разом, соблюдая на поворотах скорость с точностью до километра.
- 3. Физическая выносливость:** соревнования проходят в самых разных условиях, порой бывает очень жарко и пыльно. Без тренировки организм быстро сдастся.
- 4. Стрессоустойчивость:** психологическая стабильность, выдержка, умение держать внутренний баланс настолько важны, что им уделяют едва ли не столько же внимания, сколько собственно вождению.
- 5. Быстрота реакции:** автогонщик должен очень быстро анализировать информацию, принимать решения и переходить к действиям, просчитывая их последствия. В общем, голова как бортовой компьютер.

Драйв - то, что точно будет обеспечено!



Владимир ВЕЛЕНГУРИН

Елизавета ГРИГОРЬЕВА

Три в одном - спорт, охота и антистресс.

Вас интересуют подводный мир, охота и рыбалка? Не делите удовольствие на части. Займитесь подводной охотой. Это спорт, развлечение и антистресс одновременно. Не верите? Сейчас мы все детально расскажем, и станет понятно - мы не обманываем.

НЕ ДАЙВИГ И НЕ ФРИДАЙВИНГ

- Ныряют все, но по-разному. Дайверы - с аквалангом, фридайверы - без акваланга на задержке дыхания, при подводной охоте - на задержке дыхания, но с ружьем, - рассказывает президент Федерации подводной охоты Иркутской области Владимир Лебедев. И добавляет, что фридайверы могут нырять на большую глубину. Перед охотниками такая задача не стоит.

- У нас максимальная глубина погружения - 15 метров, - говорит Владимир Лебедев. Специалисты отмечают, что отличается даже самая техника нырка. В его основе у фридайверов - расслабление. В подводной охоте - нырок активный, ведь нужно не пропустить добычу. Погружение в акваланге для охотников запрещено, что вполне объяснимо: ограничение ввели, чтобы исключить безграничное уничтожение рыбы. По правилам такой рыбалки - подводный охотник должен находиться в той же среде, что и рыба. Нельзя охотиться, как и рыбачить, у гидросооружений и плотин, под мостами, во время нереста, нельзя стрелять с берега и с лодки. Специального лицензирования на подобную охоту не требуется.

ПОДГОТОВКА - ВСЕМУ ГОЛОВА

Без подготовки в подводной охоте не обойтись. Это увлечение из разряда рискованных, поэтому без знаний и сноровки - никуда. Сначала придется пройти обучение - изучить теорию и отработать ее на практике в бассейне. Прежде всего, нужно освоить правильное дыхание. На то, что все получится за пару занятий, можно даже не надеяться. Только на то, чтобы выйти на начальный уровень, обычно уходит год регуляр-

ВАЖНО!

Заключение от врача обязательно

К тренировкам без справки от врача никого не допустят. Доктор должен подтвердить, что занятия подводной охотой вам не навредят. Особых противопоказаний нет, ведь плавание, как известно, один из самых полезных видов спорта. Но вот ныряние и погружение на глубину - это уже серьезно. Инструктор должен быть уверен, что ваш организм такие нагрузки выдержит.

Подводная охота



Вот с таким уловом можно вернуться на берег!

НАША СПРАВКА

На Чемпионате России по подводной охоте по правилам соревнований в зачет идет только крупная, подвижная рыба, некоторые виды которой обитают на глубинах до 30 метров. Спортсмены охотятся в течение двух дней по пять часов, их сопровождают катера со спортивными судьями, обеспечивая безопасность рыбаков. По результатам двух соревновательных дней определяются победители среди мужчин и женщин, а также лучшие команды.

КСТАТИ

Из истории вопроса

Еще древний человек успешно охотился под водой - об этом свидетельствуют найденные археологами наскальные рисунки, возраст которых - больше 16 тысяч лет. Жителей прибрежных поселений на теплых берегах так ловили рыбу и для себя, и на продажу. Со временем, когда надобность добывать пропитание отошла на второй план, подводной охотой стали увлекаться для интереса, а не ради выживания. С появлением маски и ласт нырять стало проще, а изобретение подводного ружья и вовсе произвело «подводную» революцию.

ных тренировок. Потом ученик может начинать охотиться самостоятельно, правда, с оговоркой «исключительно в неглубоких заливах со стоячей водой».

Еще одна сторона подводной науки - какое снаряжение и когда использовать.

- Рыбаки подбирают крючки под разную рыбу, а мы снаряжение - под разные виды охоты, - отмечает Владимир Лебедев. - Она бывает, к примеру, ночная, поверхностная в водорослях, нырковая - и везде нужно разное оборудование. Здесь без знаний, накопленного опыта не справиться. Есть свои тонкости, как и в любом другом виде спорта.

Осваивают премудрости не только мужчины, но и женщины. Последних в такой рыбалке становится больше, хотя, конечно, доминируют представители сильного пола. Так на чемпионате России по подводной охоте в этом году приняли участие 30 человек, из них всего три женщины.

Подводная охота - энергозатратная, как и в плавание здесь задействованы практически все мышцы тела. При этом, удастся избежать больших нагрузок на позвоночник. Активно развиваются легкие, тренируется выносливость к гипоксии.

ДАЖЕ ЕСЛИ РЫБЫ МАЛО, УДОВОЛЬСТВИЯ - МНОГО

Что ловится? Это, как говорит Владимир Лебедев, сегодня это вопрос сложный. В любимых местах рыбалки - на Малом море и реке Ангаре вблизи Иркутска рыбы стало мало.

- Съели бакланы, - с сожалением констатирует Лебедев. По его словам, баклан отлично ныряет, и под водой он - быстрее рыбы. Даже на соревнованиях

спортсмены зачастую остаются без добычи. На той же Волге рыбы немеряно. А у нас поблизости ловить нечего.

По его словам, это хотя огорчает, но не служит стопроцентным препятствием к охоте - для многих важен не результат, а сам процесс.

- Главное - это не улов как таковой, а удовольствие. Для кого-то это способ снять стресс, уйти от тревог и ежедневной рутины, - рассказывает Лебедев. По его словам, есть спортсмены, которые вообще рыбу не едят - поймают и угостят друзей. У них - другая мотивация: почувствовать себя частью подводного мира, стать ближе к природе.

НА ЗАМЕТКУ

Что потребуется для занятий:



Газета распространяется совместно с газетой «Комсомольская правда» - Иркутск».



НОВОСТИ ИРКУТСКА

Директор - С.И. ГОЛЬДФАРБ.
 Главный редактор - Н.Г. ЛЫТКИНА.
 Учредитель - ООО Агентство «Комсомольская правда - Байкал».
 Адрес редакции: 664047, г. Иркутск, ул. Партизанская, 75.
 Для писем: 664009, г. Иркутск, а/я 194. Тел. (3952) 208-001.

Газета «Новости Иркутска» зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Иркутской области. Свидетельство ПИ № ТУ38-00894 от 27.05.2016 г.
 Выпуск издания осуществлен при финансовой поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям

Периодичность выхода - 2 раза в месяц.
 Издатель - ООО Агентство «Комсомольская правда - Байкал».
 Адрес издателя: г. Иркутск, ул. Партизанская, 75.
 Для писем: 664009, г. Иркутск, а/я 194.
 Тел. (3952) 208-001. Распространяется бесплатно.

12+

Елена АРАКЕЛЯН

КВАСИТЬ - ДЕЛО СЕМЕЙНОЕ

...Давным-давно, во времена моего детства, выходные в начале осени в нашем доме выглядели так. На столе стоял большой тазик с помидорами. Рядом - стройный ряд трехлитровых банок и ингредиенты для засолки. Мне выпала самая ответственная, как казалось в три-четыре года, работа - набивать помидорами банки. После помидоров солили грибы - дедушка особо уважал опята. А ближе к середине осени вся семья рубила капусту - на квашение.

Нашего старого дома давно нет. А в однокомнатной квартире места для банок с помидорами уже много лет не находится.

Я это к чему вспомнила. Зашла тут за заказом в пункт выдачи «Озона» в нашем Подмоскovie, а там пришлось буквально пробираться через мешки с солью и сахаром.

- В этом сезоне люди закрутки делают как очумелые, - пояснил сотрудник пункта. - То ли урожай хороший, то ли рост цен всех напугал.

Неужто и правда советская «натуральная экономика» возвращается?

ВСЕМ - КРЫШКИ!

В нынешнем году 60% наших читателей собираются делать закрутки - это показал опрос, который мы провели в соцсетях. Подобное исследование ВЦИОМ проводил шесть лет назад. Тогда домашние заготовки делали 52% россиян. То есть, несмотря на все жалобы, что «времени нет, хранить негде», более половины наших граждан по-прежнему закручивают банки на зиму. И популярность этого занятия растет.

Есть и такая статистика. Эксперты портала «Чек индекс» (анализирует данные с миллиона онлайн-касс) изучили спрос за июнь-июль и выяснили:

банки в нынешнем году россияне стали покупать на 9% чаще, чем год назад, крышки - на 13%, закаточные машинки - на 6%, уксус - на 9%.

И это еще не август-сентябрь, когда созревает большая часть фруктов и овощей!

Эксперты «Чек индекса» попытались объяснить возросшие закупки банок и крышек особенностями нынешнего сезона: ягоды поспели как-то все сразу (что правда). А вот аналитики Россельхозбанка говорят и о другой причине. Еще в пандемию началась тенденция к «бегству из города». С 2020 по 2024 год общая площадь личных подсобных хозяйств

Банка-самобранка



Мария ЛЕНЦ

и приусадебных участков увеличилась на 32% - с 6,1 млн гектаров до 8,1 млн. В основном рост - в пригородных зонах крупных городов: как бы в деревне, но близко к цивилизации. Чемпионы - Московская область, Краснодарский край, Башкортостан, Ростовская область.

Вспомним и бурный рост индивидуального жилищного строительства в последние годы. А свой дом с участком земли располагает и к банкам с солеными огурчиками в подвале. В общем, эксперты Россельхозбанка уверены: рост популярности закруток - часть тренда по «возвращению на землю».

Но действительно ли закрутки вошли в массовую моду? Или аншлаг с закупками банок и мешков соли устраивают пенсионеры, а более молодые предпочитают выращивать гazonы? Самый верный способ это проверить - проанализировать статистику поиска в интернете (бабушки гуглить

СОВЕТЫ ДИЕТОЛОГА

Какие заготовки полезны

Ведущий эндокринолог, диетолог медицинского центра ОН КЛИНИК Евгения БАЙТУРОВА:

- Из традиционных домашних заготовок полезнее всего квашеная капуста с морковкой. Низкая калорийность, ферменты для кишечника, витамины С, К₁ и В₆, железо, натрий, медь и другие нужные микроэлементы... Консервы же с уксусом, большим количеством сахара или соли многим людям по состоянию здоровья могут быть противопоказаны. И перед их употреблением стоит проконсультироваться с врачом. Главное - соблюдать меру. Если очень хочется любимого варенья - можно, но немного. В целом же для здоровья предпочтительнее такие способы заготовок, как заморозка или сушка.

рецепты соленых огурцов не будут). Я так и поступила. И выяснила: в августе 2025 года в Яндексе было 1,3 млн запросов на тему «заготовок на зиму». А годом ранее - 1,1 млн. Есть взлет интереса! Чаще всего россияне ищут заготовки из огурцов, кабачков и помидоров. И «вкусное лечо».

ХОТИМ «ДОМАШНЕЕ»

В советские времена домашнее натуральное хозяйство было целой параллель-

Заготовки снова вошли в моду: россияне ищут в интернете рецепты соленых огурцов и сметают трехлитровки с магазинных полок.

Домашними заготовками сейчас увлеклись и пенсионеры, и молодые семьи. Потому что это интересно и полезно!

ЛИЧНЫЙ ОПЫТ

Свое, родное

Председатель общества «Садоводы России» Андрей ТУМАНОВ:

- Конечно, я делаю домашние заготовки! Не в таких количествах, как раньше, но делаю. Вот прямо сейчас варю компот из яблок. Много помидоров насолил. Огурцов - поменьше, но тоже закрыл несколько баночек. Храню на даче в погребе.

Зачем? Да вы продуктов такого качества нигде не купите! Да, сейчас огромное количество соленых и маринованных огурцов продается в магазинах. Но где эти огурчики были выращены, какой там рассол, что в него насыпано, где и сколько времени это все стояло... Как прочитаешь состав, про все эти «Е» - весь аппетит пропадает. А тут точно знаешь, как и на чем выращено, что в рассол положено.

И очень сложно на все это смотреть исключительно с точки зрения финансовой выгоды. Понимаете, для бабушки с пенсией 20 тысяч рублей банки с огурцами и кабачковой икрой - вопрос независимости: она сможет прожить зиму без чьей-то помощи.

- Современная логистика и новые технологии позволяют доставлять овощи и фрукты на полки магазинов свежими практически круглый год, - рассказывает руководитель направления «Продукты питания» фонда «Закон и здоровье» Ольга Анищенко. - И все же рост цен, конечно, повышает интерес к домашним заготовкам. Если у небогатой семьи в распоряжении есть огород, выгоднее заготовить множество банок с овощами и фруктами, чем покупать те же продукты зимой по различным ценам.

Но есть и другие причины популярности домашних закруток. Как следует из опроса, проведенного Россельхозбанком, 25% делают заготовки «для души», а 44% считают это единственной возможностью питаться экологически чистыми и натуральными продуктами круглый год. И в целом: хочешь огурчиков «как у бабушки» - делай сам.



Как сохранить пользу овощей, грибов и фруктов с помощью заготовок - читайте рецепты на сайте



Книгу можно заказать на shop.kp.ru

МИСС РОСГВАРДИЯ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ 2025

Личный архив



Мария ВЕРЕВКИНА, Усолье-Сибирское:

- Я занимаю должность инспектор ОЛРР по Усольскому району Управления Росгвардии по Иркутской области в звании капитана полиции. Прохожу службу с ноября 2025 года. В своей работе провожу проверки условий хранения оружия, осуществляю контроль за оборотом гражданского оружия на территории г. Усолье-Сибирское и Усольского района. В свободное время увлекаюсь йогой, живописью.

Участуй в конкурсах
на сайте www.irk.kp.ru



АНЕКДОТЫ КАЖДЫЙ ДЕНЬ

- Что обычно ищет в магазине настоящая русская женщина?

- Подкову и огнетушитель.

* * *

«Плохо выглядишь» - это когда к тебе приходит смерть и, увидев тебя, начинает судорожно косить траву.

Смотрите во всех школах страны: суперблокбастер «Садись!» И продолжение «Садись-2»!

* * *

Не верится, но Евгений Петросян пережил «Комеди Клуб»...

* * *

- Ты чем занимаешься?

- Людей достаю.

- А они что?

- Орут.

- А морду не били?

- Нет. Рано им. Я акушер в роддоме.

* * *

Самое плохое в отключении интернета - это

то, что мы не сможем об этом написать в соцсетях...

* * *

Смысл многомесячного лечения от алкоголизма в частной клинике заключается в том, чтобы по окончании лечения у пациента просто больше не было денег на спиртное.

* * *

Раньше я думал, что люди, которые много выпендриваются, крутые профессионалы и специалисты. Потом я узнал, что крутые профессионалы и специалисты вообще не выпендриваются.

* * *

Коридор больницы был настолько длинный и светлый, что Федя на всякий случай проверил пульс.

* * *

Не переживай, если не вышла замуж до 35 лет. Голландцы говорят: «Ты просто пропустила свой первый развод».

* * *

В России двойная сплошная должна быть не менее полуметра... В высоту.

* * *

- Маша, какое у тебя было самое романтическое свидание?

- Однажды на свидании мы с парнем начали целоваться, и у него запищали часы. Читаем сообщение: «Обнаружено нарушение сердечного ритма».

* * *

Выпускникам консерватории вместе с дипломом выдают список незанятых подземных переходов.

* * *

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

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

СУДОКУ ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА

1

4		6	1	9				5
8	7		2		6	9		1
		3						2
3		2	7	6		5	4	
	6						2	
	4	9		5	2	6		3
2						8		
7		8	6		5		1	4
6				8	9	2		7

2

8		4	5			3	9	
6			3	1			7	
9								6
3			9	2				
			4		8			7
		2				1	3	
		8				7		
			2					8
3	6		7					

Ответы на sudoku

1

7	5	2	6	8	4	1	3	9
4	1	3	5	2	5	6	7	8
9	6	8	1	7	3	4	5	2
3	7	9	2	5	8	6	4	1
8	2	8	4	3	6	7	5	9
6	9	4	6	1	5	4	3	8
2	8	7	3	2	7	6	1	5
8	7	7	5	2	4	6	8	3
4	2	6	1	9	3	7	8	5

2

2	4	9	5	7	8	7	6	3	1
8	1	6	3	4	2	4	6	5	7
3	5	7	6	7	9	6	1	8	2
6	3	7	1	7	7	9	5	2	8
5	6	2	8	3	8	2	4	6	9
3	6	7	9	2	1	4	8	5	3
9	1	3	7	8	4	6	5	2	8
5	2	5	4	6	8	7	2	4	9
8	7	4	3	9	1	3	6	2	8

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9, но так, чтобы в любой строке по горизонтали и по вертикали и в каждом из девяти блоков, отделенных жирными линиями, не было двух одинаковых цифр. Мы предлагаем вам два варианта - простой и чуть посложнее. Желаем удачи!

Прогноз погоды на завтра, 30 сентября

	ночью	днем	
Иркутск	+4...+6	+3...+5	Давление 726 мм рт. ст. (норма для сентября - 723)
Бодайбо	+1...+2	+1...+3	Относительная влажность воздуха 72%
Братск	-2...-1	-1...+2	(норма для сентября - 71%)
Ербогачен	-6...-4	-3...0	Ветер северо-западный, 3-4 м/с
Тайшет	-2...-1	0...+4	Восход - 07.03
Усть-Илимск	-4...-3	-2...+1	Закат - 18.43

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.

Ведущий
редактор номера
Н. АНДРЕАССЕН.

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

Индексы П1101, ПМ976

Тип. № 128.
Время подписания московского
выпуска по графику - 20.30,
фактически - 20.30
Отпечатано в ООО «Типография
КомПресс-Москва».
Адрес: Нагорное шоссе, д. 2,
Московская обл., г. Химки, 141407.
ISSN 0233-433X

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА»,
«ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС»,
«ВЫБОРЫ-2024», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ»,
«ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ»,
«ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО»,
«РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» -
публикация на коммерческой основе.
Редакция не несет ответственности за достоверность
содержания рекламных материалов.

Тираж этого номера: 160 265 экз.

Рекомендуемая цена - 25 руб.

© АО ИД «Комсомольская правда», 2025.

Размещенные в газете материалы
не подлежат использованию
другими лицами в какой бы то ни было
форме без разрешения правообладателя.
Приобретение авторских прав: (495) 970-19-51.

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

Выпуск подготовлен при участии издателя и региональной редакции Иркутского филиала АО «Издательский дом «Комсомольская правда»

Директор - С.И. ГОЛЬДФАРБ.
Главный редактор «КП» - Иркутску - Н. Г. ЛЫТКИНА.
E-mail: natalya.lytkina@phkp.ru
www.irk.kp.ru

Адрес местонахождения: г. Иркутск, ул. Партизанская, 75. Для писем: 664009, г. Иркутск, а/я 194.
ТЕЛЕФОНЫ: репортерская группа - 8 (3952) 208-008;
рекламная служба - 8 (3952) 208-004, 208-979;
отдел распространения и продвижения - 8 (3952) 208-770.

Отпечатано на удаленном производственном участке
АО «Советская Сибирь» в городе Иркутске,
664043, г. Иркутск, бульвар Рябикова, д. 96, строение 1.
Тираж регионального выпуска - 4000 экземпляров.
Распространяется в Иркутской области, Республике Бурятия,
Забайкальском крае и Республике Саха (Якутия)