

Кредит уходит в отпуск

Все законные способы улучшить условия по банковскому займу
Читайте на стр. 13 ▶



РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА **90,6 FM**

Олимпиада, которая изменила СССР

Неизвестные факты о главном спортивном событии Советского Союза - radiokp.ru 18:00



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года



7 044 000

уникальных посетителей за минувшие сутки

Вторник
25 июля

Газета нашего города ★ Саратов

№ 56 (27504) 2023 год

В России шить не запретишь



Чем отвечает наш рынок одежды после массового исхода западных брендов.

Читайте на стр. 10 - 11 ▶



Как самому вылечить от ожирения

Анна ДОБРЮХА

Российские и зарубежные эксперты выступают за «ответственное самолечение ожирения» - что это значит, разбиралась «КП».

Пандемий в современном мире - хоть отбавляй. И не ковидом единым страдает человечество. Среди других глобальных эпидемий, набирающих силу, - аллергические заболевания, депрессии, сахарный диабет. А на вершину рейтинга опасностей планетарного масштаба выходит пандемия ожирения.

Продолжение на стр. 15 ▶

В стране снизился ущерб от преступлений

Игорь ЯКУНИН

По данным МВД, криминальная статистика становится «легче».

Общий ущерб от различных преступных действий в нашей стране за первое полугодие 2023-го превысил 284 миллиарда рублей. Это на 40% меньше по сравнению с годом минувшим.

Число преступлений экономической направлен-

ности сократилось почти на 5 процентов (более 60 тысяч). Убытки более 150 млрд рублей.

Ранее представитель российского МВД Ирина Волк сообщила: раскрываемость убийств и покушений на убийство в нашей стране достигла максимума. И это несмотря на «существенный некомплект личного состава».

Также за первое полугодие 2023 года зарегистрировали почти 1200 преступлений террористического

характера. И более 730 преступлений экстремистской направленности.

1193 преступления террористического характера зафиксированы за минувшие полгода. Уровень теропасности снизился почти на 10%. Пресечены 734 преступления экстремистской направленности. Это на 5,3% меньше, чем год назад.

В целом за полгода зарегистрировано более 983 тысяч противоправных действий.



Наталья ВАРСЕГОВА

Тот самый случай, когда не знаешь, то ли от радости поднять бокал, то ли с горя.

За первое полугодие продажи водки в России упали на 16,4%, коньяка - на 20,3% (если сравнивать с таким же периодом 2022 года).

Неужели мы стали меньше пить? Президент Союза производителей алкоголь-

Бесконьячная история

ной продукции Игорь Косарев уверяет - нет, тут дело в другом.

- В прошлом и нынешнем годах в стране резко увеличились продажи медицинского спирта, - говорит Игорь Косарев. - И 2/3 этого спирта уходит не на медицинское производство, а на розлив нелегальной алкогольной продукции. В частности, слабоалкогольных коктейлей.

По словам Косарева, производство слабоалкогольных коктейлей сейчас

на подъеме. Этим напиткам не нужны акцизы, потому цена на них в 10 раз ниже, чем на водку. И многие выбирают их из-за дешевизны.

- В первом полугодии 2023 года производство водки уменьшилось на 8,9%, а этилового спирта (который предназначен для алкогольной промышленности и идет с акцизом. - Ред.) - на 11,1%, - приводит статистику Игорь Косарев. - То есть мы видим перетекание потребителя в сторону нелегальной продукции.



14-летняя Саша весь день находилась под впечатлением от такой неожиданной встречи.

Личный архив Александры

■ НЕЖДАНЫЕ ВСТРЕЧИ

Саша и Вероника сделали фото с Путиным

Ангелина ШАРЫПОВА, Дмитрий РОЖДЕСТВЕНСКИЙ («КП» - Санкт-Петербург)

Две сестренки поведали, что им сказал лидер России.

После встречи в Константиновском дворце Путин и Лукашенко пошли в Кронштадтский морской собор.

Выйдя из храма, направились к людям на площади. В тот момент у собора проходила петербурженка Оксана с дочками Сашей и Вероникой. Семья воспользовалась шансом - попросила лидера России о памятном снимке. Тот согласился.

- Дочки счастливы! Я за детей рада. Все произошло быстро и

неожиданно. Мы оказались там случайно - проходили мимо! - рассказала «КП» мама девочек Оксана.

С Владимиром Путиным успели сфотографироваться обе сестры. Но - по отдельности. 14-летняя Саша (на фото вверху) потом пожалела, что ничего не спросила у лидера страны. Растерялась.

- Хотела бы узнать, сложно ли быть президентом, - призналась нам школьница.

Несмотря на это, эмоций от встречи осталась масса.

- Здорово! Даже не верится, что такое может быть! - отметила в разговоре с «КП» Саша.

Потом девочки пошли гулять с друзьями. В будущем они мечтают посмотреть Москву и научиться играть на флейте и синтезаторе.

Президент России утвердил изменения в законе «О воинской обязанности и военной службе». Они вступят в силу с 1 января 2024 года. Что принципиально меняется? За чем это сделано? Отвечает военный обозреватель «КП» полковник Виктор БАРАНЕЦ.

В чем смысл нововведений?

Прежде всего повышается предельный возраст пребывания в запасе на 5 лет для граждан, имеющих звания солдат, матросов, сержантов, старшин, прапорщиков и мичманов.

На те же 5 лет увеличен и предельный возраст пребывания запасников в мобилизационном резерве: для старших офицеров (от майора до полковника) - до 65 лет, для младших офицеров (от лейтенанта до капитана) - до 60 лет. Для имеющих звания высших офицеров (генералы и адмиралы) предельный возраст не изменен - до 70 лет.

Чем запасники отличаются от резервистов?

В России есть два вида резерва. Первый - общий, около 25 миллионов человек. В это число входят граждане, годные (или годные с ограничениями) по здоровью к военной службе и не достигшие предельного возраста. И второй - так называемый подготовленный резерв.

Основное отличие в том, что последние дополнительно заключают контракт с Минобороны и проходят регулярное обучение. У резервиста есть возможность совмещать основную гражданскую работу с военными сборами. В такие периоды государство компенсирует предприятию, где

■ ЭЛЕКТРОННЫЙ КОШЕЛЕК

Евгений БЕЛЯКОВ

У нашей валюты появилась новая официальная форма.

Вчера президент подписал закон о цифровом рубле. Теперь эта пока непонятная для многих сущность станет третьим агрегатным состоянием нашей валюты. Наравне с наличными и безналичными деньгами.

Важный момент: закон пока базовый. Он определяет только основные понятия и нормы (конкретику будут дорабатывать еще долго). О них сейчас и расскажем.

- Равенство. У рубля теперь хоть и будет три формы, но они будут идентичны друг другу. Один цифровой рубль будет равен одному наличному рублю и одному рублю, лежащему на счете в банке.

- Легкая «трансформация». Переводить деньги из одной формы в другую

Рубль оцифровали

можно будет без комиссии. Как сейчас можно положить наличные на счет в банке через кассу или банкомат. И банк не возьмет за эту операцию ни копейки. Положить рубли на цифровой кошелек можно будет тоже бесплатно. Как и снять их оттуда.

- Безопасность. Деньги будут храниться на цифровом кошельке. При этом получить доступ к своим цифровым деньгам можно будет через мобильное приложение любого банка. Ответственным за ваши цифровые сбережения будет ЦБ.

- Дешевизна для бизнеса. Тарифы для предпринимателей за прием оплаты цифровыми рублями составят 0,3% от платежа. Для сравнения, обычный эквайринг (комиссия продавца за прием платежей с банковских карт) - в

«КП» РАЗЪЯСНЯЕТ

В запасе просят задержаться

работает резервист, его средний заработок.

А в запас зачисляются уволенные с военной службы, в том числе и служившие срочную и альтернативную службу, завершившие обучение на военных кафедрах, получившие освобождение от призыва или отсрочку до 27 лет, женщины с военными специальностями. Они просто стоят на учете в военкомате до достижения предельного возраста.

По какому принципу делятся на разряды?

Все запасники делятся на разряды в зависимости от возраста, состояния здоровья и военно-учетной специальности (она у каждого прописана в военном билете). Новшества, утвержденные президентом, касаются только возраста. По этому критерию запасники делятся на 3 разряда.

Возраст 1-го разряда

повышен с 35 до 40 лет.

Второго разряда - с 45 до 50 лет.

Третьего разряда - с 50 до 55 лет.

Зачем создан резерв?

Главная цель - возможность оперативного доукомплектования Вооруженных сил подготовленными специалистами в случае военной угрозы, частичной или полной мобилизации.

На каких условиях теперь подписывают контракт?

Первый контракт с Минобороны о

пребывании в резерве заключается на 3 года. Затем он может быть продлен. За непрерывное пребывание в резерве к месячному окладу выплачивают надбавку:

- от 3 до 5 лет - 10%;
- от 5 до 10 лет - 20%;
- от 10 до 15 лет - 30%;
- от 15 до 20 лет - 40%;
- от 20 лет и более - 50%.

Денежное довольствие резервисту начисляется, исходя из звания и должности, за нахождение в резерве и отдельно за каждый день тренировочных занятий и прохождения ежегодных военных сборов. «Приварок» получается нехилый: командир роты в звании майора может получить более 90 тысяч рублей, командир взвода в звании старшего лейтенанта - 85 тысяч, замкомандира отделения в звании сержанта - 55 тысяч, пулеметчик в звании рядового - 46 тысяч.

А каким теперь будет порядок перехода запасников в отставку?

По обновленному закону с 1 января 2024 года и до 1 января 2028 года будет действовать период, в который запасники будут уходить в отставку поэтапно.

В 2024 году такие граждане, которым исполнится 50 лет, будут пребывать в запасе до 51 года, в 2025 году - до 52 лет. Ну и т. д. До истечения «накинутых» им 5 лет.

Тестирование цифрового рубля начнется в августе.

- Бесплатные переводы. Скорее всего, введение цифрового рубля лишит банки части комиссионных доходов, которые они получают даже при переводах между счетами одного человека в разных банках. Схема будет работать так. Клиент со своего счета в одном банке переводит деньги на цифровой кошелек. Открывает приложение другого банка. И переводит свои цифровые рубли туда. По такой схеме можно будет бесплатно переводить до 300 тысяч рублей в месяц. Это в три раза больше, чем лимит в 100 тысяч рублей в месяц по Системе быстрых платежей.

P. S. Это базовые принципы. Какие-то из них будут обростать нюансами и немного меняться. Конкретное время внедрения цифрового рубля в массовое использование законом не определено. «Комсомолка» будет следить за этим процессом.



Больше фото прогулки и общения глав двух государств с жителями Кронштадта - на сайте



В контакте



Вступайте в нашу группу ВКонтакте VK.COM/KPRU

ДОРОГА К МОРЮ
Наш корреспондент проехал в Крым по «Азовскому коридору» через новые регионы России

ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU

ЗДОРОВЬЕ
10 тяжелых состояний, при которых мы отекаем: как распознать болезнь



Самые важные новости, самые яркие фото и видео, самые интересные истории в телеграм-канале «Комсомольской правды»



Надежда ДАЦЮК
(«КП» - Крым)

Что происходит в Крыму после многочисленных атак со стороны ВСУ.

Неделя вновь началась с тревожных событий. Утром 24 июля 17 украинских беспилотников атаковали Крым.

В Минобороны РФ подтвердили - ночью киевский режим пытался осуществить террористическую атаку. Большинство дронов подавили средствами радиоэлектронной борьбы, 11 из них упали в акватории Черного моря, три уничтожили средствами ПВО, а три аппарата все же упали в Крым. Существенных разрушений и пострадавших, как отмечают местные власти, после атаки, слава богу, нет. Как сообщил глава республики Сергей Аксенов, враг попал в склад боеприпасов в Джанкойском районе. Там произошло возгорание. Кроме того, обломки БПЛА упали на частный дом в Кировском районе. Жителей Джанкойского района эвакуировали из пятикилометровой зоны от места, где горит склад с боеприпасами. Люди пока что в пунктах временного размещения. В первые несколько часов после ЧП в Крыму приостановили движение поездов и частично перекрыли трассу Джанкой - Симферополь. И, как только специалисты Минобороны, МЧС и дорожных служб обследовали нужные участки, поезда, автобусы и машины снова пустили по привычным маршрутам. Все выдохнули, но только не представители турсектора.

■ А В ЭТО ВРЕМЯ

В Москве обошлось выбитыми стеклами

Андрей АБРАМОВ

Военные пресекли попытку двух беспилотников атаковать объекты в столице.

Грохот разбудил москвичей в двух столичных районах рано утром 24 июля.

«На Комсомольском проспекте от взрыва беспилотника выбито несколько окон. Максимально быстро поможем жителям устранить все последствия», - написал в своем телеграм-канале мэр Москвы Сергей Собянин.

Дом на Комсомольском проспекте находится в 300 метрах от главного здания Минобороны на Фрунзенской набережной. А подавленный сред-

Беспилотники летят, но туристы едут

ОТДЫХАЮЩИЕ ОСТОРОЖНЫ

Беззаботному отдыху на полуострове не способствует напряженный информационный фон, который сильно обострился на прошлой неделе после теракта на Крымском мосту.

- Обычная сейчас ситуация - это внесение авансом от 10 до 20% стоимости отдыха, и здесь большая проблема, - отмечает президент ассоциации «Туристический альянс Крыма» Андрей Пылов. - Отели, находясь в стесненных финансовых обстоятельствах потратили эти средства на текущие расходы, и вернуть им просто не из чего.

Тем временем уровень бронирования постоянно скачет. Как отмечают отельеры, туристы планируют свой отдых буквально с колес. Самый пик отмен был 17 - 18 июля, потом утихло.

- Уровень бронирования у нас нестабильный. Могу сказать, что в северо-западных отелях, которые находятся около набережной, возле воинских частей, загрузка всего 10%. Те объекты, что ближе к центру города, загружены примерно на 60%. И еще тенденция - в этом сезоне в Крым едут за всегдатаи. «Свеженькие» туристы, конечно, побаиваются. И, конечно, часто приезжают местные, - рассказывает об особенностях сезона председатель Ассоциации малых отелей Крыма Наталья Стамбульникова.

ТРАНСПОРТНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

Сейчас Минкурортов озадачено переориентировкой потока с моста на сухопутный маршрут вдоль Азовского моря и жалобами туристов, которые решили отказаться от отдыха на полуострове. По железной дороге в Крым по-прежнему добраться тяжело, несмотря на заверения в подтягивании всех резервов и открытии максимального числа направлений: билетов в Крымском направлении нет.

- Шесть ежедневных поездов по нашей просьбе все-таки появилось, прежде всего из Москвы, которая стала основным логистическим хабом. Но, к сожалению, пока еще нет ежедневного поезда, например, из Адлера либо Минеральных Вод. А это важно, потому что из этих городов сохранено авиасообщение. Это связано с ограниченными пропускными способностями железной дороги, - поясняет министр курортов и туризма Крыма Вадим Волченко.

Тем не менее очереди со стороны Тамани для въезда на Крымский мост никуда не делись, и сотни автомобилей ждут прохода, досмотра и продвижения в колонне в режиме реверсивного движения.



Подробности, вся обновляемая информация - на KP.RU



Бригады коммунальных служб приехали и устранили последствия ЧП.

Андрей АБРАМОВ/«КП» - Москва

ствами радиоэлектронной борьбы беспилотник спланировал на крышу трехэтажного нежилого здания, в котором ранним утром никого не было.

Второй БПЛА летел с юга Москвы и спланировал в районе «Зиларт» у станции МЦК «ЗИЛ». Здесь находятся исключительно жилые кварталы. Дрон врезался аккурат

в стык фасада и кровли строящегося офисного комплекса на проспекте Лихачева. Нижнюю часть стилобата дома занимает строительный гипермаркет. А этажей 20 вверху пустуют, потому как работы там еще не завершены.

- Утром 24 июля пресечена попытка киевского режима осуществить террористическую атаку

двумя беспилотными летательными аппаратами по объектам на территории города Москвы. Средствами радиоэлектронной борьбы два украинских БПЛА были подавлены и потерпели крушение. В результате пресеченной террористической атаки киевского режима пострадавших нет, - сообщили в пресс-службе Министерства обороны.

■ ВОПРОС ДНЯ



Наши модельеры в рамках импортозамещения выпускают одежду мирового уровня (подробнее - стр. 10 - 11). Интересно,

Что еще мы научились делать хорошо сами?

Павел ВАНДЫШЕВ, заместитель директора Центра имени Гамалеи:

- Россия стала обладателем собственных технологий производства лучших вакцин. Мы сегодня можем не только обеспечить вакцинами себя, но и поставлять наиболее востребованные биопрепараты на любые внешние рынки. И тому уже есть примеры. Вот, скажем, вакцины для профилактики гриппа «Ультрикс Квадри» и от коронавируса - «Спутник V». При правильном подходе Россия вообще может стать мировым лидером в области производства вакцин, включенных в национальные календари различных стран.

Сергей МАРКОВ, политолог:

- Военную технику в части ПВО точно делаем лучшую в мире. Еще специализированную автомобильную технику, например пожарную. И атомные станции - лучше наших точно нет.

Сергей ЦЕКОВ, сенатор от Крыма:

- Сделали один из лучших в мире аэропорт Симферополя - великолепно выполнили все сами. Технологии выращивания и сбора зерновых. А самый уникальный пример - мы хорошо показали, как готовы строить в кратчайшие сроки мостовые сооружения. Крымский мост. Все говорили, что Россия такими технологиями не обладает, а мы построили.

Андрей ТУМАНОВ, глава «Садоводов России»:

- Лучше всего наша электронная система банковских переводов. Такой системы нет нигде в мире. В Америке этого нет, и в Израиле этого нет. Когда оттуда приезжают в Россию, все поражаются. Еще у нас уникальные кабачки. Их всегда настолько много, что кабачок - это показатель того, сколько у вас друзей (друзья друг другу их активно дарят).

Валерий КАТЫШЕВ, экс-глава города Буй, Костромская область:

- Продукты отличные в России научились делать точно. Не только хорошие молочные, но и отличные мясные. Знаю, многие из Москвы приезжают за ними к нам в Кострому. И на сырной бирже даже очереди возникают, где две трети - это туристы из Москвы.

Виктор БЕРЕЖНОЙ, программист:

- На первый взгляд смешно, но во всем мире знают наших айтишников и хакеров. Компьютерные игры и антивирусы. Это значит, что мы в области айтишной сильны, даем нередко прикурить другим странам, и слава богу!



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



Наталья ВАРСЕГОВА

Россияне смогут оформлять автогражданку на короткий срок - от суток до трех месяцев.

Сейчас российские водители могут купить полис ОСАГО только на год. Но скоро мы сможем заключать краткосрочные договоры автострахования на срок от 1 дня до 3 месяцев. Такой закон приняла 21 июля Госдума.

- Это общемировая практика, - говорит **Ян Хайцеэр, вице-президент Национального автомобильного союза**. - Полагаю, это будет выгодно тем, кто мало пользуется автомобилем или ездит на нем только летом. Зачем платить за год, если пользуешься эпизодически? Или есть еще такие моменты, когда нужно перегнать машину, и в этом случае необходимо оформить страховку на другое лицо. Единственное, надо сравнивать цену.

На два дня, на два дня дадут ОСАГО для меня!

Вполне может быть так, что цена за неделю будет менее выгодной, чем брать годовую страховку.

Иными словами, цена страховки на один день явно будет выше, чем 1/365 годовой. А ОСАГО на месяц обойдется дороже, чем 1/12 цены полиса на год. Но точные тарифы краткосрочных договоров ОСАГО пока неизвестны - их утвердят отдельно. В законе прописано, что будут предусмотрены коэффициенты в зависимости от срока действия договора.

Теперь закон отправится на утверждение в Совфед и на подпись президенту. И вступит в силу через 210 дней после официального опубликования, то есть не раньше следующей весны.



Алексей БУЛАГОВ/КП - Екатеринбург

Сейчас ОСАГО можно оформить минимум на год. Для многих водителей, которые ездят на машине только летом, это неудобно.

КСТАТИ Обмануть страховую не получится

«Ага! Значит, можно будет ездить без полиса, а если попадешь в аварию, по-быстрому оформить ОСАГО и ничего не платить!» - могут обрадоваться нововведению иные ушлые водители. Спешим их расстроить: нет, так не получится. В законе прописано, что краткосрочный договор ОСАГО будет вступать в силу через три дня после того, как страховщик получит документы, необходимые для его заключения.

В ТЕМУ

А как сейчас

Сегодня договор автогражданки стандартно оформляется на год. И внутри этого года можно выбрать период - от 3 до 12 месяцев, - в течение которого страховка будет работать.

Но есть исключения:
✓ ОСАГО оформляют на срок от 5 дней на машины, зарегистрированные за границей. Если авто будет временно использоваться в России, страховка должна покрыть весь период пребывания;
✓ на срок до 20 дней можно застраховать машины или мотоциклы, которые были только что приобретены (куплены, получены в наследство и т. д.). Такая страховка нужна, чтобы проехать к месту регистрации.

ЗНАЙ!		Тарифы ОСАГО на год	
Вид авто		Минимум, руб.	Максимум, руб.
● Легковое для частных и ИП		1646	7535
● Легковое для юрлиц		852	5722
● Легковое такси		1490	15 756
● Грузовое до 16 тонн		1163	9934
● Грузовое более 16 тонн		1752	14 956
● Мотоциклы, мопеды, квадроциклы		324	2536

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

РАДИО КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА 90,6 FM

Новое утреннее шоу с журналистами Игорем Виттелем и Иваном Панкиным. С понедельника по пятницу в 9 утра слушайте программу «Что будет» - честный взгляд на происходящее вокруг!

■ ТЕНДЕНЦИЯ

Небо. Самолет. Вино российское

Олег КАРПОВ

Авиакомпания обновляет винную карту российский вин. Новые марки лучших отечественных вин появятся в бизнес-классе уже в августе.

КРАСНОДАР ЗАВОЕВЫВАЕТ

Пассажирам бизнес-класса в зависимости от направления полета авиакомпания предложит вина, произведенные в Краснодарском крае. На всех рейсах бизнес-класса предлагается игристое вино отечественного производителя. В экономклассе пассажиры уже могут попробовать новое красное сухое вино, произведенное в России.

Поставщик был определен ранее в ходе открытого конкурса. Отметим, что один из ведущих российских производителей уже поставляет вино в авиакомпанию. Виноградники компании расположены в самой южной части Краснодарского края - в Геленджике. Местные почвы идеальны для виноградной лозы, благодаря чему у вина формируется богатый, изысканный, неповторимый вкус и аромат.

«Аэрофлот поддерживает российского производителя. Авиакомпания расширяет ассортимент отечественных вин на борту. Большинство напитков, представленных в винной карте авиаперевозчика, производятся в России», - отметила пресс-служба авиакомпании.

ЗАЧЕМ ПОДДЕРЖИВАТЬ РУБЛЕМ НЕДРУГОВ?

Напомним, ранее председатель Госдумы **Вячеслав Володин** в ходе пленарного заседания поддержал инициативу члена Комитета по экономической политике **Сергея Алтухова**, который предложил запретить продвигать и продавать вина из недружественных России стран на предприятиях общепита, объектах транспорта и обязать заместить их отечественной продукцией.

«Конечно, нам надо продвигать и поддерживать отечественного товаропроизводителя. И государственные компании, госкорпорации должны всемерно этому содействовать, - убежден Вячеслав Володин. - Да, у нас должна быть возможность выбора, но там, где у госкомпаний есть возможность поддержать отечественного производителя,

надо это делать. Вы совершенно правильно подняли этот вопрос».

В ходе пленарного заседания Сергей Алтухов напомнил, что на заседании 11 июля спикер Госдумы поднял вопрос о закупке отечественных автомобилей для государственных и муниципальных нужд.

«Я бы хотел обратить внимание на другие отрасли нашей экономики, особенно те, где наши усилия в области импортозамещения значительны. Вот журнал крупной российской авиакомпании, в котором нашим гражданам, пассажирам предлагаются французские, испанские, итальянские вина. Подобная ситуация и в других авиакомпаниях. Фактически мы продвигаем винодельческую продукцию из недружественных нам стран, а они, в свою очередь, поставляют оружие Киеву», - пояснил депутат.

Сергей Алтухов предложил обратиться к правительству и внести изменения в нормативно-правовые акты о запрете продажи и продвижения вин из недружественных России стран в общепите и на транспорте, а также заменить их отечественными с маркировкой «Вино России».



Бизнес-класс переходит на отечественное вино.

Репортаж с места первого этапа украинского «контрнаступа», где наши бойцы жгли «Леопарды» и превращали в металлолом американские «Брэдли».



Дмитрий СТЕПИН, военкор «КП»

«Пусть люди не боятся ехать по «Азовскому коридору». Мы фронт держим»

«ПАЦАНЫ! ПРО ВАС «НЬЮ-ЙОРК ТАЙМС» ПИШЕТ»

Это была лучшая фронтовая дорога на моей памяти, а видел я их достаточно. На неприметной развязке я свернул с трассы «Приазовского коридора» (по которой сейчас мчат российские курортники в Крым) и погнал туда, где обломилась первая попытка «контрнаступа» ВСУ. Мои друзья, стоящие под Работино и Ореховом, неприметными населенными пунктами, сделали больно не только бандеровцам - были унижены и «доброжелатели» Украины. Больше нет в западной прессе хвастливых статей с заголовками: «Немецкие кошки выходят охотиться на русских мышей» (это про «Леопарды»).

Тональность сменилась. Теперь там подсчитывают танки, сгоревшие в приазовских степях, и осторожно поговаривают о «военном тупике».

Парням, сражающимся на Запорожском фронте, я прилежно пересылал ссылки на эти статьи в «Нью-Йорк таймс» или «Вашингтон пост» с комментарием: «Пацаны! Про вас пишут».

Пацанам было приятно.

ЗАЧЕМ СНАЙПЕРУ ПЮРЕШКА

Несмотря на отличный асфальт, особо на этой дороге не разгонишься - блоки через каждые несколько километров. И я успешно рвал шаблоны в стандартных диалогах:

- Здравствуйте, куда едете?

- В..., везу друзьям-снайперам детское питание и сигареты.

- Зачем детское питание?!

- Лежит снайпер в засаде, пососал «ФрутоНяню», выкурил сигаретку, бац! Одного врага как не бывало! Будете пюрешку? Угощайтесь!

- Нет, я ж не снайпер. А вы поезжайте (задумчиво). Снайперам привет!

ПОТЕРИ У НИХ БОЛЬШИЕ

Когда я подъехал, снайпер с позывным «Москва» уже был с ног до головы в «упаковке». Судя по СВД (снайперская винтовка Драгунова. - Ред.), он собирался не на охоту. Для охоты у него другое устройство калибра 12,7 и длиной метра три. Я угадал:



Дмитрий СТЕПИН/«КП» - Москва

- Еду «секреты» проверять, там в лесополке (так тут называют лесопосадки. - Ред.) заляжем и поговорим. Едем?

Доехали быстро. Залегли. Все тихо. С этого и начали:

- Тихо же сейчас?

«Москва» подтвердил:

- Да, затишье. До этого они целый месяц пытались через наши позиции выйти на Крым и к Азовскому морю. Не получилось, потери у них были большие. Даже тактику поменяли.

- Как?

- Сначала пускали в ход бронетехнику, думая, что это им поможет. Наши нанесли им серьезный урон. Сейчас они используют броню только для доставки пехоты. И пытаются нас «мясом» завалить.

- А у нас что изменилось в тактике?

- Наши по приказу отходят с позиций, начинает работать артиллерия. Потом мы заходим обратно...

«ЛАНЦЕТЫ» ВПЕЧАТАЮТ

«Москва» говорит о том, что хотели услышать многие:

- В начале СВО квадрокоптеры у нас были экзотикой, теперь - обыденность. Радует, что стало больше «промышленных» беспилотников-камикадзе, тех же наших «Ланцетов». То, что показывают ребята - операторы «Ланцетов», впечатляет!

Боец «Москва»: - Лучшие друзья снайпера - винтовка Драгунова и «ФрутоНяня».

- Хорошие, точные орудия, системы стабилизации и наведения. И тепловизионные прицелы позволяют им работать ночью с высокой эффективностью. Поэтому сейчас они применяют «Леопарды», только стреляя с закрытых позиций.

- Ближе не подходят?

- Опасаются. Мы их жжем.

НАЕМНИКОВ МНОГО

- Много иностранцев было во время «контрнаступа»?

- Много. В рациях слышали польскую, английскую, французскую речь.

- Они были у украинцев для «запаха», типа «США и Европа с нами» или это дало противнику какой-то перевес?

- Большинство - отставники. Ну, попробовали повоевать против нашей армии? Понравилось? Получилось?

Я уезжал от снайперов с легким сердцем. «Москва» на прощание сказал: «Отступить мы не имеем права, защищаем не только тех, кто едет сейчас в Крым по «коридору», но и всю страну. И мы это понимаем. Напиши, пусть люди не беспокоятся».

Я записал, слово в слово.

ВМЕСТО ПОСЛЕСЛОВИЯ

«Пытаются влезть в стык»

Поздно ночью, когда я уже подъезжал к Донецку, «Москва» прислал сообщение: «Вот и кончилась укропская перегруппировка, пытаются влезть в стык между нашими полками».

Впрочем, утром пришло еще одно, очень короткое сообщение от моего товарища: «В районе Работино подбили 2 ед. М113» (2 американских бронетранспортера).



Как наш военкор Дмитрий Степин проехал по обездвиженной дороге в Крым - репортаж на сайте

Служи по контракту в Вооруженных Силах России

195 тыс. руб. одновременно (при заключении контракта на срок от года и более)

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЕ ВЫПЛАТЫ В ЗОНЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ от 204 тыс. руб. в месяц (в зависимости от воинского звания, должности и выслуги лет)

- заместитель командира взвода - командир отделения - от 242 тыс. руб. в месяц
- командир отделения - от 232 тыс. руб. в месяц
- инструктор штаба - от 226 тыс. руб. в месяц
- начальник радиостанции командно-штабной машины - от 226 тыс. руб. в месяц
- старший сапер - от 216 тыс. руб. в месяц
- старший телефонист - от 219 тыс. руб. в месяц
- гранатометчик - от 211 тыс. руб. в месяц
- водитель - от 211 тыс. руб. в месяц
- повар - от 211 тыс. руб. в месяц
- стрелок - от 204 тыс. руб. в месяц
- старший водитель-электрик - от 216 тыс. руб. в месяц
- пулеметчик - от 211 тыс. руб. в месяц

Горячая линия по вопросам службы по контракту

117

службапоконтракту.рф



СОЦИАЛЬНЫЕ ЛЬГОТЫ И ГАРАНТИИ

- единые дополнительные выплаты, льготы и гарантии субъектов Российской Федерации для военнослужащих по контракту
- возможность быстрого приобретения жилья за счет Минобороны России через накопительно-ипотечную систему
- служебное жилье или компенсация за наем жилья
- бесплатное обследование, лечение и реабилитация в военно-медицинских учреждениях
- страхование жизни и здоровья за счет федерального бюджета
- право на льготную пенсию после 20 лет службы
- статус ветерана боевых действий и соответствующие льготы
- кредитные и налоговые каникулы
- бюджетные места для обучения детей в вузах
- за будущими контрактниками бронируются рабочие места
- бесплатный отдых детей в летних оздоровительных лагерях





Владимир ВОРСОВИН,
обозреватель «КП»

У нас минимум глубинная, столичная

Чего на самом деле хочет народ нашей страны - воевать до победы или скорее заключить мир? И почему сильное государство для него стало важнее джинсов и свободы?

Об этом в эфире Радио «Комсомольская правда» (FM.KP.RU) рассказал глава центра общественного мнения (ВЦИОМ) Валерий ФЕДОРОВ.

СВАЛИВШИХ В 20 РАЗ МЕНЬШЕ, ЧЕМ АКТИВНО ПОДДЕРЖИВАЮЩИХ СВО

- Как одной фразой охарактеризовать, что сейчас чувствует страна?

- Она в состоянии борьбы. За самосохранение, что бы под этим ни понималось. Доминирующая стратегия - адаптация. Искать любые возможности самосохраниться. Приспособиться к бурному и трудно предсказуемому развитию событий.

- Мы встречались с вами год назад. С тех пор общество изменилось?

- Да. В зоне СВО продолжается окопная борьба - пятьсот метров туда, пятьсот сюда. Это превращается в рутину. И заставляет относиться к СВО как к части нашей жизни, уже привычной. Внимание перенаправляется на другие темы, близкие людям. Конечно, это не касается тех, кто прямо вовлечен в происходящее на новых российских территориях. Не только бойцов, но и волонтеров. Есть большая группа - членов семей, родственников, друзей тех, кто воюет...

- Это что - раскол?

- Раскол - громко сказано. Между этими группами нет конфликта. Многие участники СВО, когда приезжают в отпуск, сами не всегда афишируют свое участие в боях. Ведут себя так, как принято в мирной жизни. Речь не о конфликте, а о разном понимании приоритетов. Для одних главное - победа. Они выступают за мобилизацию и перевод на военные рельсы экономики (то есть макаронные фабрики - под производство патронов, закрытие границ и так далее). Но для основной части наших соотечественников не менее важно сохранить уровень, качество образа жизни.

- Какие тут пропорции?



За то, чтобы страна сражалась до победы, выступают больше 70% россиян. Но ехать в зону СВО готовы лишь 15% пассионариев.

- Так называемая «воюющая Россия», или «победная», желающая сражаться до полной победы, - не самая большая часть нашего общества, 12 - 15 процентов.

- А «Россия уехавшая»?

- Статистики надежной по этой группе нет - пограничники, таможенники, туристические органы не дают ее. Но, по оценкам, это от полумиллиона до миллиона человек. То есть где-то 0,7 процента.

- В 20 раз меньше, чем «победных»... А какая самая большая группа?

- Это сразу две группы. Так называемые «Россия столичная» и «Россия глубинная». Их приоритеты можно назвать мешанскими.

- В чем их отличие?

- «Столичная Россия» пытается делать вид, что ничего не происходит вообще. Не привозят немецкие и японские машины? Выберем из китайских. Не дают отдыхать на Лазурном Берегу? Будем осваивать красивые места в России.

- «Столичная Россия» аполитична?

- Скажу так: она считает, что СВО следует просто пережить и минимизировать потери. «Глубинная Россия»

серьезнее относится к происходящему. Для этих людей патриотизм, защита страны - вещи не пустые. Кстати, это основная аудитория российского телевидения.

«НАСЕЛЕНИЕМ СТРАНЫ НЕ УПРАВЛЯЮТ ИЗ ТЕЛЕВИЗОРА»

- А насколько ТВ определяет настроения? Некоторые усмеваются, мол, если перекодировать телевизор, то тут же перекодируется и Россия.

- Все 90-е годы телевизор говорил: нам нужно присоединиться к Западу, вступить Евросоюз или даже в НАТО. Скажите, пожалуйста, кто побеждал на выборах все 90-е годы?

- Коммунисты.

- Притом что не было у коммунистов никакого телевизора. Поэтому, конечно, это все сказки, что народом управляют из телевизора. У людей есть свои убеждения.

- Может, дело в возрасте? Почему пожилые поддерживают СВО больше, чем молодежь?

- Дело не в том, что пожилые в большей безопасности (в армию их вряд ли призвуют). Причина в том, что люди они прежде всего советские. И пусть даже 30 лет назад у

них были антисоветские настроения - им не нравились пустые полки и партократия КПСС, они успели в драматичные 90-е годы в этих взглядах разочароваться. Люди решили: мы подались не туда. Нам обещали джинсы и свободу...

- Но не обманули же.

- А выяснилось - это не главное. И далось очень дорогой ценой. Заводы остановились, работы не стало, образ жизни прежний поддерживать стало сложно. Потребовалось крутиться там, где раньше можно было развалиться на диванчике и попить портвейн «777». Это травма. И пошло возвратное движение: «Нам нужно сильное государство».

- Возврат молодости?

- Речь о другом. «Россия, которую мы потеряли». Это не возврат молодости, а очевидное мифотворчество. Из идеи «у нас была плохая Советская Россия», вдруг выросло: а давайте вспомним о хорошей империи. И как ни странно, выяснилось - у советской и имперской России много общего.

Но если на волне разрушения СССР это общее маркировалось со знаком минус, то теперь все знаки сменились

на противоположные. У нас есть преемственность и к имперским, царским годам, и к советским годам, и мы стараемся вспоминать только самое хорошее из них.

ЭФФЕКТ «СБЕЖАВШЕЙ НЕВЕСТЫ»

- Начинаются загадки русской души. Что на самом деле хочет народ, если лишь 15 процентов желают победы любой ценой?

- Давайте не путаться. Перед выборами мы спрашиваем людей: пойдете голосовать? 70 - 75 процентов говорит: да, пойду. Но потом ЦИК фиксирует явку меньше. Причем всегда. Люди разве врали?

- Нет. Они собирались на выборы.

- Конечно! Это не лукавство, просто не для всех участие в выборах - сверхценность... То же самое с СВО. На самом деле у нас поддержка «борьбы до победы» больше 70 процентов!

- Но и за мирные переговоры, судя по вашим опросам, процентов 60. Это одни и те же люди? Как это может существовать в одной голове?

- Да очень легко. Вот вы встретились с прекрасной девушкой, полюбили, но она не

три России - и победная

явилась на свадьбу. Сбежала! Вдруг поняла, что ей нужно еще время, а может, вы не тот человек, о котором она мечтала. Или просто испугалась. Поэтому обещать - не значит жениться - гласит русская мудрость. И желать победы - не означает платить любую цену за нее. Когда мы говорим о «Победной», о «Воюющей России», то ее 12 - 15 процентов - это те, кто не просто говорит, а реально этого страстно желает и что-то для этого делает. И это очень немалая цифра!

- Но одновременно желать того и другого, побеждать и мириться... Как это?

- Просто. Цель любого конфликта - новый мир. Какой? Лучший, чем был до этого. Ялтинско-потсдамская система, которая доламывается на наших глазах, была результатом Второй мировой. По ее итогам мир был разделен на две части - американскую и советскую. Тогда мы выиграла и контролировали полмира.

Поэтому, когда мы говорим о мире сегодня, надо понимать: мы страстно хотим, чтобы все закончилось, чтобы перестали гибнуть наши бойцы, чтобы прекратились разрушения... И это нормально. Но вопрос в условиях. Приведу аналогию. Корейская война, начало 1950-х, вовлечены и СССР, и Китай, и США, и Британия... В какой-то момент стало понятно, что условные «красные» и «белые» победы добиться не могут.

Сколько продолжались переговоры даже не о мире (он до сих пор не подписан), а о перемирии? Более полутора лет! Потому что у каждой из сторон были свои представления о том, каким он должен быть. Не получилось победить в сражении - попытаемся за столом переговоров. И когда они начнутся - будет победа.

- Чья?

- Всеобщая, я считаю.

- Так бывает?

- Да. Всем понятно, что даже худой мир лучше доброй ссоры.

ФЕНОМЕН ПРИГОЖИНА, ИЛИ ОКОПНАЯ ПРАВДА

- Что такое для социологов феномен Пригожина?

- Исследования на эту тему интересные. Весной этого года популярность Пригожина стала расти. Первый фактор - он нашел хорошее амплуа - «правдоруб». Я вам, дескать, расскажу всю

грязную, кровавую окопную правду. А мы к этой правде очень восприимчивы, не зря есть целый жанр литературы - лейтенантская проза, например. Мемуарам военачальников, маршалов Победы не очень верим, а вот Василию Быкову и прочим писателям, описывающим войну жестко, некрасиво - сразу. И принялся Пригожин рубить «правду» так, что полетели щепки.... Это одна сторона медали.

Вторая - он создал свою собственную медиаимперию. И это сработало. Знаете, почему? Потому что многие наши замечательные соотечественники не понимают - мы, такие великие, сильные, вооруженные до зубов, а успехи на полях сражений отстают от того, чего мы ждали. На этот вопрос надо ответить. Те ответы, которые даются телевизором, простые: потому что мы воюем не с Украиной, а со всем Западом. Версия, которую предлагает Пригожин, - более интересная.

- Житейская, я бы сказал.

- В том числе. И его популярность росла. Но сразу после мятежа его рейтинг резко обвалился.

- Почему?

- Одно дело, если ты воюешь за нас. Другое - если ты мятежник, ведешь танки на нашу столицу.

«ЛЮДЯМ И БЕЗ ГОСИДЕОЛОГИИ ЖИВЕТСЯ НОРМАЛЬНО»

- Поговорим о простых людях и их страхах.

- Простых людей не существует. Мы все сложные.

- Срезали. Согласен. Я с удовольствием посмотрел опрос ВЦИОМа о вере в «мировое правительство». Я считаю, что чем их меньше, тем лучше в стране образование. И, судя по вашим опросам, количество верящих в мировой заговор сокращается. Люди боятся простых вещей - высоты, змей, глубины, стоматологов. Знают, они спокойны и образованны?

- Наш президент прилагает все усилия для того, чтобы люди жили обычной жизнью. Не случайно, что бы ни происходило на фронте, президент встречается с губернаторами, министрами и занимается многими про-



Глава центра общественного мнения (ВЦИОМ) Валерий Федоров.

блемами, которые, казалось бы, вторичны на фоне сражений.

- Это успокаивает общество?

- Это и демонстрирует, что «мы еще и не начинали». Невозмутимость Путина работает очень хорошо. Вместо того, чтобы закручивать гайки, устраивать чистки, он всем своим видом внушает: все будет нормально, успокойтесь, работайте, рожайте детей, покупайте дома. В общем - живите. Если бы он совершал резкие хаотичные действия, ситуация в стране - и политическая, и экономическая, - была бы гораздо хуже.

- Что общество сейчас желает? Какое его настоящее отношение к государству?

- В ситуации критических вызовов люди ждут эффективного государства. Государства-защитника. Авотгосударства-идеолога не ждут.

- Как так? Идеология разve народу не нужна?

- Есть у меня знакомые, которые считают, что без госидеологии никуда, но в целом люди ее не ждут. Никакую. Им и без нее живется нормально. У людей другие боли. Им бы зарплату повыше, цены чтобы росли медленнее.

- А почему бы к этому всему еще и идеологию не добавить? Почему народ ее побаивается?

- Сколько ни говори «халва», сладше не станет. Конечно, есть группа, которая вздыхает: вот в СССР была идеология, которая объясняла всё и вся. Но эта группа небольшая. Запросы у людей больше смещены в бытовую плоскость. Хорошо бы победить врага, говорят они, но не менее важны хорошие зарплаты, здравоохранение, образование. Они у нас пока хромают. Это четыре равноценно главных запроса сегодня для большинства россиян.

Любимая газета страны

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ!



Бабкина купила молодому фавориту квартиру за 47 млн рублей



Если кот посуду бьет
Проверенные методы воспитания питомца



Астропрогноз на август для всех знаков зодиака

Красота под санкциями: Как сейчас работают на Западе русские супермодели

В ПРОДАЖЕ С 26 ИЮЛЯ

РЕКЛАМА 12+



Почти две трети уехавших из России планируют вернуться в ближайшие год-два, подробнее - на сайте KP.RU



Дорожная артерия для жителей Ершова и Горного

Елена МАРКЕЛОВА

В Саратовской области продолжается реализация национального проекта «Безопасные качественные дороги».

Сверкают янтарем поля подсолнуха. Кучерявятся белым цветом гречишные наделы. Облака в ослепительно-лазурном небе словно в технике 3Д выполнены. До последнего времени жители саратовского Левобережья в пик лета радовали в основном пейзажи. Дороги, напротив, огорчали. Картина в корне изменилась, когда в 2017 году в действие вступила

инициатива Президента России Владимира Путина - национальный проект «Безопасные качественные дороги». Его положительные итоги оценило население многих районов региона, на очереди жители Ершовского и Краснопартизанского районов.

В частности, благодаря нацпроекту в Краснопартизанском районе Саратовской области приведут к нормативу автоподъезд к селу Семено-Полтавка от автодороги Горный - Головинщено протяженностью 4,4 км и отремонтируют трассу Горный - Головинщено протяженностью 28,3 км.

Чтобы понять, насколько важны работы по восстановлению дорожного полотна на данных участках, которые, к слову, начались в эти дни, стоит сначала

проехать по подъезду к Семено-Полтавке со стороны Ершовского района (он был отремонтирован в прошлом году по программе софинансирования, и восемь миллиардов рублей привлечены при поддержке Председателя Госдумы РФ Вячеслава Володина), а затем, миновав село, выехать на ремонтируемый участок. Относительно сохранившийся асфальт позволяет авто перемещаться на небольшой скорости, с осторожностью, маневрируя между бесконечными провалами на дороге. Несомненно, местные жители ждут обновления транспортной артерии. Для разъяснения планов по ее ремонту, ознакомления с технологией, по которой он будет производиться, специалисты регионального министерства транспорта выезжают на места. В ведомстве

обратная связь с населением является непреложной практикой, во многом обеспечивающей эффективность процесса. Так произошло и в этот раз.

В зале заседаний Краснопартизанского района общественности рассказали о километре будущей дороги. Внушило оптимизм и сообщение о технологии работы. Так, в случае с автоподъездом к селу Семено-Полтавка от трассы Горный - Головинщено и непосредственно трассы строители используют асфальтогранулобетон (АГБ) - уплотненную и сформировавшуюся асфальтогранулобетонную смесь. Суть этой технологии заключается в повторном использовании устаревшего и потерявшего несущую способность асфальтобетонного покрытия (в виде фрезерованной или дробленой асфальтовой крошки) с

целью создания нового конструктивного слоя дорожной одежды.

- Дорога регионального значения для жителей двух районов необходима, а если говорить о Краснопартизанском, то этим направлением активно пользуются селяне половины населенных пунктов МО, - отметил председатель Общественного совета Краснопартизанского района Сергей Яшин. - Жители маленьких сел приезжают в районный центр. При необходимости они смогут быстрее доехать в Ершов, чем в Балаково, например в районную больницу.

По словам главы Краснопартизанского района Юрия Бодрова, дорога, к ремонту которой подрядчик уже приступил, - настоящий стратегический объект, необходимый не только жителям, он важен в экономическом плане. По дороге идет весь зерновой поток. Направлением пользуются жители Озинского, Ершовского, Дергачевского районов. Местные сельхозтоваропроизводители возят зерно на хлебоприемные пункты Пугачева, Балакова.

- Региональные дороги важны, чтобы жители глубинки могли беспрепятственно ездить в большие города, - подчеркнул Юрий Леонидович. - К примеру, если раньше из Горного до Саратова можно было доехать за четыре с половиной часа, сейчас достаточно двух часов десяти минут.

В 2017 году нормативу соответствовали девять процентов дорог регионального статуса. К концу этого года благодаря национальному проекту показатель будет доведен до 33 процентов. Проект решено продлить до 2030 года. К этому времени на саратовской земле обновится 60 процентов дорожного полотна областного статуса. Это не считая транспортной сети в агломерациях и муниципалитетах. И здесь особенно ярко звучит метафора «дорожная артерия». Поскольку улучшение качества жизни налицо!



Будет отремонтировано порядка 30 километров полотна.

ООО «ВолгаМедиа»

■ ФЕСТИВАЛЬ

«Вышитую карту области» презентовали на Едином дне фольклора

Алена САНИНА

Праздник объединил народности, проживающие на территории региона.

В Саратове на пешеходной зоне около парка «Липки» на улице Волжской состоялось празднование Единого дня фольклора. Праздник был учрежден в 2022 году Президентом РФ Владимиром Путиным.

Лучшие коллективы области исполнили мелодии и песни для гостей праздника. Особый колорит вечеру придали коллективы, представляющие традиционную казахскую, мордовскую, чувашскую культуру, специально приехавшие на праздник из отдаленных уголков области.

Виртуозным исполнением и уникальными мелодичными голосами поразил слушателей инструментальный дуэт бандуристок «Журавка» из Самойловского района,

известный далеко за пределами нашей области.

С культурой казачества познакомил всех присутствующих фольклорный ансамбль «Россияне» из районного поселка Новые Бурасы. Участники ансамбля не только спели песни, а также продемонстрировали искусство фланкировки шашкой и зажигательные танцы.

На празднике представили дефиле старинных костюмов из частной коллекции Елены Лукониной - руководителя фольклорно-этнографического ансамбля «Собор» ДК «Россия» г. Саратова. Зрители увидели подлинные костюмы разных регионов России, которые носили более 100 лет назад, и узнали много интересного о каждом образе. Как рассказала Елена Валентиновна Луконина, «в представленной коллекции были собраны брянский, рязанский, курский, белгородский, воронежский костюмы. Коллекция собиралась, дошивалась, реконструиро-

валась не один месяц. Это был очень кропотливый труд».

На протяжении всего вечера гости мероприятия могли насладиться настоящим произведением декоративно-прикладного искусства. На импровизированной сцене была установлена конструкция с вышитой картой всех областей нашего региона. Карта является итогом большой совместной работы мастериц области, которые приняли участие в Фестивале декоративно-прикладного творчества «Вышитая карта Саратовской области», проведенном в этом году Центром народного творчества имени Л.А. Руслановой. Всем участницам фестиваля были вручены дипломы и благодарственные письма.

Наша карта станет частью проекта «Вышитая карта России». Он вошел в Музейный фонд РФ как уникальный экспонат. Полотно размером три на семь метров, над которым работали мастера

со всей страны, включено в туристический маршрут «Многоликая Россия», действующий в рамках нацпроекта «Культура». Презентация рукотворной карты России состоится в октябре в городе Чебоксары. Авторы убеждены, она станет символом единства народов нашей страны, живущих в порыве творчества, созидания и дружбы.



Саратовская работа станет частью «Вышитой карты России».

МинИнформСЗ

Культурное завтра саратовского села

Елена МАРКЕЛОВА

Власти региона акцентировали внимание на развитии материально-технической базы учреждений.

«...По Волге, от верховья до моря, на всей веренице влекущихся барок заливаются бурлацкие песни. Под песни рубятся из сосновых бревен избы по всей Руси. Под песни мечутся из рук в руки кирпичи, и как грибы вырастают города. Под песни баб пеленается, женится и хоронится русский человек...» Слова Николая Васильевича Гоголя как нельзя точнее определяют то значение, которое имеет культура на селе. Жизнь тружеников с периферии порой не укладывается в определенный график - сельское хозяйство требует круглосуточного вовлечения в рабочий процесс. Поэтому дома культуры, старинные усадьбы являются тем культурным фундаментом, в которых можно и душу согреть, и талант показать. В этой связи многие государственные проекты, разработанные на самом высоком уровне, направлены на сохранение и восстановление таких объектов в провинции.

ОБНОВЛЕННЫЙ ДК ОРОШАЕМОГО

В этом году среди основных мероприятий по нацпроекту «Культура», которые происходят на местах, числится ремонт ДК. В Саратовской области полным ходом идет восстановление Дома культуры, являющегося сердцем и душой поселка Орошаемый Дергачевского района.

Основательная реконструкция преобразит фасад здания, рабочие кабинеты, танцевальный зал, библиотеку и другие помещения. На сегодняшний день здесь выполнено 67% работ. И уже видны качественные изменения на объекте: смонтирована система отопления, произведен монтаж



После ремонта Дома культуры в селе откроется новая страница жизни.

дверных проемов, завершена стяжка пола под укладку плитки. Ведутся работы на кровле и по отделке зрительного зала, инструментальной комнаты. Завершение работ запланировано на октябрь 2023 года.

За 50 лет творческой работы поселковый Дом культуры стал центром жизни муниципального образования. После реконструкции сельский Дом культуры поселка Орошаемый распахнет свои двери для жителей уже в современном, обновленном формате. Немаловажно то, что он обеспечит доступность для лиц с ограниченными возможностями здоровья.

По словам министра Наталии Щелкановой, Саратовская область активно участвует в реализации мероприятий национального проекта «Культура». Продолжается капитальный ремонт домов культуры, которые будут отличаться современным дизайном и профессиональным оборудованием. В 2023 году на реализацию мероприятий на-

ционального проекта «Культура» выделено 550,2 млн рублей, что на 347,4 млн рублей больше, чем в 2022 году. В рамках нацпроекта проводится капитальный ремонт 12 сельских домов культуры на общую сумму 152,6 млн рублей. Средний процент выполнения - 55%. Все работы планируется завершить до 1 октября 2023 года.

«ИГРАЙ, ГАРМОНЬ!» И В КУРИЛОВКЕ, И В КРЯЖИМЕ

Словно иллюстрируя сухие цифры, глава ведомства рассказывает о своей поездке в гостеприимные села Куриловка и Кряжим. В первом ремонт Дома культуры пока еще идет, и министр отметила хорошие темпы восстановительных работ. В рамках нацпроекта «Культура» на ремонт ДК в селе Куриловка выделено свыше 9 млн рублей. Общественный контроль станет гарантией качества работ, а обновленный клуб предоставит взрослым и юным сельчанам возможности досуга и творческого развития. На сегодняшний день общий показатель выполненных работ составляет 54%. Ремонт планируется завершить к концу октября. С каким вдохновением жители ждут открытия современного учреждения культуры, можно догадаться. ДК в селе Куриловка был построен в 1974 году. Сегодня здесь активно работают 10 клубных формирований, без которых сельчане не мыслят полноценной жизни.

В селе Кряжим ДК после ремонта уже от-

крылся. Сельский Дом культуры был построен в 1960 году. Здание требовало глобального обновления - ремонта кровли, фасада, отделки внутренних помещений, обустройства санитарной комнаты.

Все это стало возможным благодаря проекту «Культура малой родины» по направлению «Местный Дом культуры». Также достойно помогли финансами федеральный, областной и местный бюджеты. У жителей села Кряжим теперь новый зрительный зал с мягкими креслами, прекрасная «одежда» сцены, современная звуковая и световая аппаратура. Будут проходить занятия клубных формирований, праздники для жителей села, вечера отдыха.

В рамках открытия обновленного Дома культуры на кряжимской земле стартовал муниципальный Фестиваль народного творчества «Играй, гармонь! Звени, частушка!».

- Новые учреждения культуры станут местом притяжения

для жителей разных возрастов. Посещать их и заниматься творчеством смогут и люди с ограниченными физическими возможностями, - уверена Наталия Щелканова.

ИСТОРИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ УСАДЬБЫ НАРЫШКИНЫХ

Особняком для региона стоит проект реставрации объекта культурного наследия федерального значения «Усадьба, в которой в 1850-1860 годах после возвращения из ссылки работал управляющим декабрист Александр Беляев». Это знаковое место села Пады под Балашовом больше известно как «Усадьба Нарышкиных».

Восстановление памятника началось по весьма драматичному сценарию. Из-за несогласованности работ оказалась полностью разобрана деревянная часть здания. Поэтому в 2022 году договор с подрядчиками был расторгнут и принято решение о корректировке проекта.

В этом году к реализации важного проекта подключился Балашовский драматический театр. Создана рабочая группа. У театра замечательные планы по использованию уникального здания усадьбы. В результате обсуждения с привлечением общественности выбрано в качестве функционального назначения объекта использование его как культурно-просветительский центр с постоянно действующими и сменными выставочными проектами, с возможностью проведения на его базе фестивалей, театральных спектаклей, семинаров, мастер-классов различной тематики.

Концепцию труппы Балашовского театра одобрило Министерство культуры РФ. Доработка проекта ведется с учетом дальнейшего приспособления здания под театральный культурно-просветительский центр с камерным актовым залом.

А это значит, что объект культурного значения будет сохранен для потомков и следующих поколений.



ДК поселка Орошаемый станет доступен маломобильным людям.



За реставрацию усадьбы взялась труппа Балашовского драмтеатра.

Министерство культуры Саратовской области

Министерство культуры Саратовской области

Министерство культуры Саратовской области

Одежда умирает последней

Наталья ВАРСЕГОВА

Повезло! Владимир Путин недавно так и сказал: «Отечественным дизайнерам одежды повезло. Иностранцы освободили вам жизненное пространство». И обозначил масштабы - 2 млн квадратных метров торговых площадей и рынок в 2 трлн рублей.

В Минпромторге уверяют: без одежды мы не останемся, за два-три года российские производители заполнят освободившуюся нишу. У нас есть свои акулы бизнеса - Gloria Jeans, Zarina, O'stin, Sela, Savage, Zolla и т. д. Эти и другие компании уже наращивают обороты: по данным Центра развития перспективных технологий, производство текстиля за первый квартал этого года выросло на 21,9%, а верхней одежды - на 40,6%.

Что, в общем, логично. Евростат посчитал: в 2021 году 70% одежды в России были импортными. К нам привозили «тряпок» на миллиард евро в год. В 2022-м по понятным причинам импорт сократился на 41,2%. Сейчас, как говорят в Союзлегпроме, наши производители смогут занять не менее 60% рынка. Но...

ЭКЗАМЕН ДЛЯ КИТАЙЦЕВ

...Но российский рынок - слишком лакомый кусок, чтобы на него облизывались только наши «гурманы» бизнеса. Уж что-что, а шить в «дружественных странах» очень даже умеют.

- Во-первых, в конце 2022 - начале 2023 года ряд «ушедших» зарубежных брендов вернулись на наш рынок - под другими названиями или с других мест регистрации. Во-вторых, освободившиеся ниши стремятся заполнить поставщики из Турции, КНР, Индии, стран Центральной и Юго-Восточной Азии. В-третьих, ускоряется рост поставок белорусских изделий легпрома, включая прежде всего одежду и аксессуары, - говорит Игорь Ульянов, исполнительный директор Российского союза предпринимателей текстильной и легкой промышленности (Союзлегпром).

К слову, многие зарубежные новички, которым раньше наш рынок был недоступен, приходят с хорошим соотношением «цена - качество». В начале июня искала походные штаны и ботинки для 15-летней дочери. Из всего разнообразия идеальными оказались китайского производства. Сложный горный маршрут эти вещи прошли на отлично.

Что происходит с нашим рынком одежды после массового ухода западных брендов.



Иван МАКЕЕВ/КП - Москва

СВЯТО МЕСТО

И все же вернемся к нашим производителям. Как отмечают в Союзлегпроме, производство одежды в России растет примерно с конца 2010-х, с начала 2020-х этот процесс ускорился. Минпромторг конкретизирует: производство текстиля в 2022 году выросло на 8%.

И вот результат: приходишь в торговый центр - и словно нет никаких санкций. Да, пропали знакомые вывески вроде Zara и Uniqlo. Но появились новые - бутики, как и прежде, ломаясь от одежды. Большинство новых брендов наши, но на этикетках разные страны производства - Россия, Китай, Индия, Вьетнам, Узбекистан, Бангладеш.

Ничего удивительного: не только «монстры» вроде Adidas и H&M, но и крупные российские компании львиную долю своей продукции шьют в Азии. Зарплаты там ниже, руки у персонала растут откуда надо, в результате выходит качественно и недорого - даже с учетом доставки.

Например, Gloria Jeans отшивается на трех собственных фабриках, а также 19 партнерских в России и СНГ. Плюс к этому - офисы в восьми азиатских странах, где одежду отшивают 200 компаний.

Ситуацию с уходом «западников» Gloria Jeans использовала по максимуму и пере-

строила стратегию согласно поговорке «свято место пусто не бывает».

- Уже в декабре 2022 года нам удалось открыть более 10 магазинов в тех местах, которые раньше занимали иностранные коллеги. На конец июня таких магазинов у нас уже больше 50, и все они показывают результаты намного выше наших ожиданий, - говорит старший вице-президент Gloria Jeans Елена Алексеева. - В апреле мы открыли трехэтажный магазин на Тверской улице в Москве (5000 кв. м), а в августе планируем открыть магазин в Санкт-Петербурге - 2200 кв. м. По итогам 2022 года выручка составила 70 млрд рублей, увеличившись на 15% по сравнению с 2021 годом. Продажи, планируемые на 2023 год, - 80 - 90 млрд рублей.

ДЕЛАЕМ ТАМ, ПРОДАЕМ ТУТ

Производство за границей имеет и свои сложности (а у кого их сейчас нет?). Мой знакомый Алексей Седов живет и работает в одной из стран Юго-Восточной Азии. Он представитель местного пошивочного филиала крупной российской компании (ее название и страну производства Алексей просил не упоминать). Он перечислил основные проблемы российских производителей одежды во взаимоотношении с иностранными партнерами.

ях с иностранными партнерами.

1 Доставка

- Первым делом отказались ввозить товары в Россию крупные мировые транспортные компании, - говорит Алексей. - Удобно нашлись российская и китайская компании. Раньше большая доля продукции шла на запад - вокруг Индии, через Красное море, далее или по Европе машинами, или в порт Усть-Луга в Ленинградской области. Сейчас основное направление - восточное: вокруг Китая или через Китай поездом. Мы арендуем состав и отправляем его в Россию. Главное, что при таком раскладе логистика не подорожала, а даже подешевела.

2 Платежи

Экспортные договоры во многих странах Азии обслуживаются в долларах. А переводы из России и обратно в баках сейчас делать проблематично. Приходится изворачиваться. Например, переводить рубли из России в банк одной «дружественной страны», тот конвертирует их в доллары и пересылает в другую страну (где работает производство одежды). Там эти деньги превращаются в местную валюту и поступают на нужный счет. В итоге двойная конвертация и банковские комиссии «съедают»

до 7% суммы. Разница, как вы правильно поняли, закладывается в цену товара.

- С Китаем проще всего. С ним расчеты в юанях ведутся уже несколько лет, - объясняет Алексей.

3 Рост цен на материалы

Но это не только наша проблема.

- Ткань растет в цене по всему миру, - говорит мой знакомый. - Энергия дорожает, нефть тоже, а следовательно, и производимый из нее полиэстер. И в ближайшее время цены не упадут. Это было бы возможно лишь при перепроизводстве, а его не будет. Каждая компания заказывает ровно столько материала, сколько необходимо для пошива новой коллекции.

МИНЫ И СТРАЗЫ

Максим Косолапов, коммерческий директор бренда Annaportswear из Кавминвод, так и делает. Полотно он заказывает за границей.

- Всю фурнитуру покупаем в России, а ткань - в Турции, у нас такую не делают, - поясняет Максим.

Раньше брал с запасом, но из-за геополитической ситуации (назовем это так) поставки просели.

- То контейнеры в дефиците, то из-за мин по Черному морю судам не давали ход, - перечисляет Максим. - В общем, нарушилась логистика, но сейчас уже более-менее наладилось.

Максим с супругой Анной (в честь нее назван бренд) производят спортивную одежду с 2017 года. Начинили с костюмов для художественной гимнастики, сейчас ассортимент расширился - борцовки, футболки, бриджи и многое другое. Сегодня Косолаповы выпускают от 2000 изделий в месяц. По сравнению с «до-специализационными» временами производство выросло на 30%.

- Санкций мы практически не заметили, если не считать проблем с поставками и ухода с рынка компании Swarovski, их стразами мы обшивали костюмы. Но замену нашли быстро, к тому же не такую дорогую, - рассказывает Максим Косолапов.

- Наши бренды только выиграли от санкций, - дополняет Алексей Седов. - Не только площади увеличиваются, но и ассортимент. Мы сейчас получили заказ на одежду, которая будет в продаже следующей весной и летом. Объем и ассортимент уже больше прошлогодних на 40%.

За последние полтора года мы смогли лучше оценить красоту российских моделей. Во всех смыслах этого слова.

ЗНАЙ НАШИХ!

Gloria Jeans

Компания была создана еще в 1988 году. Производит одежду, обувь и аксессуаров для всей семьи.
Сколько магазинов: более 680.
Выручка в 2022 году: 70 млрд рублей.
Рост выручки за год: +15%.

O'stin

Бренд был создан «Спорт-мастером» в 2003 году, тогда же открыт первый магазин в Екатеринбурге. Сейчас это коллекции повседневной одежды «для любых ситуаций, времени года и погоды».
Сколько магазинов: более 630 в России.
Выручка в 2022 году: 52 млрд рублей.
Рост выручки за год: +4,6%.

Zolla

Бренд недорогой женской и мужской одежды. Появился в 2004 году.
Сколько магазинов: 450 в России.
Выручка в 2022 году: 24 млрд рублей.
Рост выручки за год: +3%.

Henderson

Бренд деловой мужской одежды. Когда-то марка была партнером польского производителя LPP S. A., но в 2003 году полностью перешла в российскую юрисдикцию.
Сколько магазинов: 160 в России.
Выручка в 2022 году: 12,4 млрд рублей.
Рост выручки за год: +30%.

Lime

Бренд появился в 2008 году в Самаре. Сейчас это коллекции повседневной, деловой, праздничной и спортивной одежды для женщин.
Сколько магазинов: 91 -



Платья отечественных брендов особенно приятно снимать! Так говорят фотографы (а вы о чем подумали?).

10 отечественных брендов, которые сейчас на подъеме

в России, Казахстане, Армении и Белоруссии.
Выручка в 2022 году: 10,2 млрд рублей.
Рост выручки за год: +50%

12 Storeez

Екатеринбургский бренд появился в 2014 году. Это простые по дизайну, современные вещи базовых, слегка приглушенных расцветок. Есть верхняя одежда, трикотаж и обувь.
Сколько магазинов: более 50 в России и Казахстане.
Выручка в 2022 году: 7,3 млрд рублей.
Рост выручки за год: +25%.

Melon Fashion Group

Эта отечественная компания была создана в 2005 году. Владеет брендами Zarina, Befree, Love Republic и Sela.

Zarina

Бренд с 30-летней историей. Его целевая аудитория - женщины в возрасте от 25 лет. Для них есть

одежда для офиса, стиль smart casual и повседневка.
Сколько магазинов: 180 в России и 1 в Казахстане.

Sela

Бренд был создан в 1991 году. Позиционируется как производитель одежды для молодых мам. Производит верхнюю, домашнюю одежду, пижамы и т. д. Здесь же коллекции для детей от 2 до 12 лет.
Сколько магазинов: 130 своих точек и 70 по франшизе.

Love Republic

По словам директора марки Натальи Пиллявской, это «коллекция для уверенных, дерзких, смелых девушек». Бренд появился в 2009 году.
Сколько магазинов: более 156 в России, Казахстане, Армении, Белоруссии.
Выручка Melon Fashion Group в 2022 году: 46 млрд рублей.

Рост выручки за год: +23%.

Befree

Молодежный бренд разных стилей - от классики до спортивного по относительно низким ценам.
Сколько магазинов: 225 - в России, Казахстане, Армении, Белоруссии.

КОНКРЕТНО

В чем сложности

Нельзя сказать, что после ухода китов мирового бизнеса российские швейные компании только и делают, что «занимают освободившиеся ниши» и гребут деньги лопатой. Вот, пожалуй, три самые насущные проблемы на сегодня.

президент Группы Компаний «Сириус» Юрий Савелов.

- В России сейчас большая проблема со швеями. Они требуются везде, - подтверждает Максим Косолапов из Annasportswear.

ВАЛЮТНЫЙ КУРС

В Союзлегпроме сетуют на нестабильный курс рубля. Из-за этого цены постоянно скачут, что отражается на затратах производителей, расходах на доставку.

ЛЮДИ ИЩУТ ДЕШЕВЛЕ

Росстат уверяет, что зарплаты у нас растут семимильными шагами. За год, по данным службы статистики, они подскочили на 13%. Да только вот почувствовали этот рост почему-то не все. Как отмечают в Союзлегпроме, с покупательной способностью есть проблемы: люди стараются покупать одежду максимально дешево, ищут скидки, распродажи. Это не дает производителям зарабатывать столько, сколько нужно для развития.

КАДРЫ

В Gloria Jeans уверяют, что основная проблема на производстве - недостаток людей. На фабриках компании на юге России трудится более шести тысяч человек. При этом открыто более 1000 вакансий, и конкуренция за специалистов легкой промышленности стала очень острой. В 2022 году около 40% сотрудников фабрик были взяты на работу без опыта - компания готова обучать и растить профессионалов.

- Долгие годы зарплата в отрасли была очень низкой, и многие ушли из профессии. Мы подняли зарплаты на 20 - 30 процентов, но и на эти деньги тяжело найти профессионалов, - еще в прошлом году сетовал в беседе с «КП»

КСТАТИ ПОЛНОЕ ИМПОРТОЗАМЕЩЕНИЕ НИ К ЧЕМУ

Производство одежды серьезно зависит от импорта. Вот неполный перечень материалов и комплектующих, 60 - 80 процентов которых мы завозим из-за границы (по данным исполнительного директора «Союзлегпрома» Игоря Ульянова):

- малотоннажная химия (продукция для выработки химволокна и готовой продукции на их основе - нейлон, капрон и т. д.);
- комплектующие и запчасти для оборудования (оно в основном западное);
- высококачественные виды шерстяного сырья;
- полуфабрикаты для швейной отрасли (раскроенные части одежды)
- а от ввоза хлопка-сырца зависим почти на все 100%.



Дмитрий ПОЛУЖИН/Комсомольская правда



По словам эксперта, полностью отказаться от импорта едва ли возможно.
- Да и нецелесообразно это, - уверен Ульянов. - Потребитель (в том числе переработчик) должен иметь выбор, а не навязываемые ему монополистами цены и качество.



Неубиваемые кеды, мотоцикл Брэда Питта и то самое мороженое: легендарные советские торговые марки, которые существуют и сегодня - на сайте



ЖИЗНЬ И КОШЕЛЕК

Евгений БЕЛЯКОВ

Власти решили бороться с «усыханием» упаковки в магазинах.

Заходит как-то депутат Госдумы в «Пятерочку»... Нет, это не начало нового анекдота. Такой эксперимент действительно поставили над собой члены нашего парламента. Депутаты провели анонимную проверку 122 московских торговых точек, и парламентариев ждал неприятный сюрприз.
- Результаты поразили нас: 87% всей молочной продукции в этих супермаркетах представлено в

Да, были литры в наше время!

упаковке 925 - 950 мл и иногда даже меньше. А на глаз такую тару не отличишь от литровой. Крупы в 97% случаев расфасованы в пачки по 450, 800 и 900 граммов вместо обычных 0,5 или 1 кг, - рассказал на Радио «КП» (97,2 FM) вице-спикер Госдумы **Борис Чернышов.**
Уловка эта не новая, и у нее есть название - шринкфляция. Происходит от английских слов shrink (усыхать, уменьшаться) и inflation (инфляция). Проявляется это так. Допустим, производитель продает литр молока за 100 руб-

лей. Но цены на сырье и упаковку растут, и себестоимость продукта - тоже. Чтобы не отпугивать покупателя повышением цены, производитель решает не стоимость увеличить, а упаковку уменьшить. В итоге за те же 100 рублей теперь продается 950 мл молока. Инфляция составила 5%, но вы этого практически не заметили.
А чтобы сделать изменение объема или веса еще более незаметным, некоторые производители даже объем упаковки не меняют. И в литровой пакет просто наливают меньше молока. Вместо него

лишнее пространство занимает воздух, который, как известно, производителю ничего не стоит.
В шринкфляции нет ничего противозаконного. Это не как на базаре, когда вас обвешивают, продавая по цене килограмма 800 или 900 граммов помидоров. Производители честно указывают вес и объем. А покупатель сам вправе решать, у кого брать товар.
«Ловкость рук - и никакого мошенничества».
Другое дело, что обычно мы смотрим лишь на цену, не обращая внимания на другие нюансы.

И в итоге можем купить меньше за те же деньги.
- Видя такую шринкфляцию, я внес законопроект о честной цене. Суть его проста: все производители должны указывать цену за килограмм или литр (рядом со стоимостью единицы товара. - **Ред.**). Чтобы люди понимали, где их обманывают и где произошло повышение цены, - говорит Чернышов.
Подобные правила действуют во многих странах. Там это помогло снизить разгул шринкфляции: когда покупатель видит настоящую цену литра или килограмма, смысла в подобных уловках становится меньше.

«Летнее приключение» в ДОЛ

Елена МАРКЕЛОВА

В регионе продолжается активная работа детских оздоровительных лагерей.

В эти дни во многих организациях отдыха и оздоровления детей Саратовской области торжественно открылись очередные летние смены. Традиционным было открытие третьей смены в детском оздоровительном лагере «Дубрава» Тагитцевского района - с поднятием флага и приветствием отрядов. Каждый отряд представил свое название, девиз и речевку. А в санатории «Пады» смена началась с увлекательных игр и экскурсии по территории. В формате мини-путешествия ребята познакомились со всеми объектами на территории и узнали о правилах поведения. Уже второй год Саратовская область принимает на отдых детей из новых субъектов Российской Федерации. В эти дни для гостей стартовала новая летняя смена в социально-оздоровительном центре «Лазурный». Тематика смены - «Летнее приключение». Гости области поучаствуют в волонтерском движении и молодежном самоуправлении. В первую смену в регионе



В регионе работает 639 детских оздоровительных лагерей.

отдохнули 180 юных гостей из подшефного района ЛНР.

Ранее во время общения с подписчиками социальной сети «ВКонтакте» заместитель

министра труда и социальной защиты области Светлана Савочкина рассказала, как проходит летняя оздоровительная кампания этого года.

Чиновница отметила, что лагеря показывают высокий уровень подготовленности. В них созданы комфортные условия для пребывания детей. Во время первой смены в ДОЛ отдохнули свыше 28 тысяч ребят. Также был организован отдых за пределами области. 900 детей были направлены на отдых на Черноморское побережье Краснодарского края.

В первую смену в детских лагерях и санаториях отдохнули дети диспансерной группы, дети из семей, находящихся в трудной жизненной ситуации, из семей военнослужащих всех категорий и участников СВО. Кроме того, в первую смену в лагерях области отдохнули 263 ребенка с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья.

Светлана Савочкина отметила, на сегодняшний день работает 639 лагерей, по итогам второй смены оздоровление пройдут 42,7 тысячи детей.

- Наша главная задача - организовать качественный и полезный отдых для детей, дать им возможность зарядиться новыми позитивными эмоциями и впечатлениями. С этой целью ежедневно проводятся различные мероприятия, экскурсионные поездки, патристические акции и творческие программы, - подчеркнула Светлана Савочкина.

■ СРЕДА ОБИТАНИЯ

Жаркий финал июля



Алена САНИНА

Воздух прогреется до +36 градусов.

Последняя неделя июля в Саратовской области обещает быть жаркой. Причем температура воздуха будет нарастать с каждым днем. Прогноз погоды предоставила ведущий специалист регионального Гидрометцентра Светлана Цветайло.

По словам синоптика, на протяжении пяти рабочих дней погода будет носить устойчивый характер антициклонального типа.

- Антициклон расположится над Нижним Поволжьем, - уточнила Светлана Цветайло. - И создадутся условия для выноса с южными потоками более теплой воздушной массы. Температура продолжит нарастать с каждым днем. Пять рабочих

дней саратовцы проведут без осадков.

Как рассказала специалист Гидрометцентра, ночные температуры первой половины недели составят +14...+19 градусов, днем столбик термометра поднимется до +23...+28. Вторая половина недели ознаменуется дальнейшим повышением температуры: ночью +16...+21, днем +28...+33 градуса. На юго-востоке области будет особенно жарко, +36 градусов.

В связи с этим синоптик предупредила об интенсивном нарастании уровня пожарной опасности. Цветайло напомнила, что сегодня в большинстве муниципальных образований Саратовской области наблюдается 1-3-й класс пожарной опасности. - К середине недели повсеместно будет наблю-

даться средняя пожарная опасность, в районах Левобережья высокая, 4-го класса.

Что касается воды в Волге в районе областного центра, то уже на начало недели она прогрелась почти до 22 градусов. Вместе с тем горожанам в Гидрометцентре посоветовали не лениться и отправиться на пляж после работы. Поскольку к выходным погода испортится, а 2 августа грянет Ильин день, после которого температура воды в реках значительно падает.

По прогнозам, к уикенду ожидается смена погодных условий и выход очередного циклона с зоной осадков.

- В выходные снова прогнозируются кратковременные дожди ливневого характера различной интенсивности, - подытожила Светлана Цветайло.



Памятники
«ЦЕНТР ИЗГОТОВЛЕНИЯ ПАМЯТНИКОВ»

РАССРОЧКА

Тел. 32-00-50

ЛОКОМОТИВ СЛУЖБА ТРАНСПОРТА

Наша служба оказывает полный комплекс услуг в соответствии с вероисповеданием усопшего, финансовыми возможностями и пожеланиями родственников.

Ветеранам и участникам Великой Отечественной войны захоронение и установка памятника в счет пособия

Минимальный комплекс услуг **25 000 руб.**

Обслуживаем все районы **КРУГЛОСУТОЧНО**

Саратов, ул. Емелина, 47
Тел.: 27-41-41, 27-41-79, 55-55-78

ПАМЯТНИКИ
ул. Буровая, 26 (терр. «Алмаз-Авто»)

902-130 РАССРОЧКА

Кредит уходит в отпуск



Читайте на сайте
«Что будет с курсом
рубля и как
вырастут цены:
прогноз до конца
2023 года»

Евгений БЕЛЯКОВ

Все законные способы
облегчить себе условия
по банковскому займу.

Кредитные каникулы по потребительским займам - теперь на постоянной основе! Такой закон подписал вчера президент. Раньше это была временная мера поддержки, которая ровно в полночь 31 декабря 2023 года должна была превратиться в тыкву.

Вообще ставки по займам у нас высокие. Но они компенсируются лояльными условиями по возврату. Хочешь - плати по графику. Хочешь - погашай досрочно. Такая свобода действий - редкость для развитых стран с их низкими ставками. А теперь возможности заемщиков расширились еще сильнее.

Рассказываем, что собой представляет новый закон о кредитных каникулах. И какие у нас с вами еще есть способы уменьшить бремя долгов.

ПРОЦЕНТЫ ВСЕ РАВНО КАПАЮТ

Кредитные каникулы (отсрочка платежа) по потребительским ссудам стали одной из временных мер поддержки россиян во время ковида. Пришло время подводить итоги. В Центробанке посмотрели на статистику за период коронавируса и выяснили интересную деталь. Более 80% заемщиков, получивших отсрочку по кредитам во время пандемии, потом продолжили исправно платить. То есть люди нашли новые источники дохода. И все оказались в плюсе: и клиенты, и банки. Первые не стали банкротами, а вторые получили свои деньги, пусть и с небольшой задержкой.

Теперь эту практику решили сделать постоянной. Закон об этом на прошлой неделе и приняла Госдума. Он вступит в силу с 1 января 2024 года.

- Такие каникулы будут давать любые кредитные учреждения - не только банки, но и микрофинансовые организации, - пояснила нам адвокат Мария Ярмуш.

Получить каникулы по кредиту или займу можно будет в двух случаях.

1 Если заработки заемщика упали более чем на 30% по сравнению со средним доходом за предыдущие 12 месяцев.

2 Если заемщик пострадал от чрезвычайной ситуации - потопа, техногенной аварии или других бедствий.

В каждом случае нужны подтверждающие документы (справка с биржи труда, от страховой компании, МЧС и т. д.). Чтобы получить каникулы, нужно прийти в банк и написать заявление. Максимальный срок каникул - полгода. Есть и лимит по сумме, он зависит от вида кредита (см. «Важно!»).

- При этом по одному кредиту или займу можно получить каникулы один раз в связи со снижением дохода и один раз из-за ЧС, - поясняют в Центробанке.

Итого, если вам не повезло дважды (и упали доходы, и пострадали от чрезвычайной ситуации), максимальный срок каникул может составить один год по каждому кредиту.

Важный момент: проценты за это время будут начисляться. Отдать их нужно в конце срока - равными ежемесячными платежами. Однако пени и прочие штрафные санкции во время отсрочки вам не грозят, а кредитную

историю такие каникулы не испортят.

А ЧТО С ИПОТЕКОЙ?

По сути, депутаты и ЦБ закрыли законодательный пробел. Раньше право на кредитные каникулы имели только ипотечники. Условия там практически идентичные. Максимальный срок каникул - также полгода. Но условия для получения отсрочки по ипотеке немного отличаются. Первое - снижение дохода более чем на 30%. Второе - тяжелая жизненная ситуация: потеря кормильца, временная нетрудоспособность, признание инвалидом I или II группы.

Другими словами, закон не для всех, а только для тех, кто испытывает трудности. И только для тех, у кого ипотечное жилье - единственное. По одной ипотеке можно взять одни каникулы.

ДРУГИЕ СПОСОБЫ

Но что делать, когда каникулы нужны, а условия законов не подходят? Например,



Катерина МАРТИНОВИЧ-КП - Москва

если доход упал не на 30%, а «всего» на 25%? Ведь в этом случае получить отсрочку автоматом не получится.

На самом деле в подобных случаях вы все равно можете обратиться в банк с заявлением, описать свою ситуацию и попросить отсрочку. И банк может пойти навстречу (хотя имеет право и отказать).

Есть и другие способы реструктуризации (изменения условий) кредита:

- ✓ Клиент может увеличить срок кредита и тем самым понизить ежемесячный платеж.
- ✓ Заемщик может снизить ставку, если обратится в другой банк, который дает более выгодные условия. И тот захочет переманить клиента к себе. В отличие от «каникул по закону», обязательств идти навстречу заемщику ни у одного из банков нет. Но это происходит все чаще, отмечают в ЦБ.

СОВЕТЫ «КП»

Берем заем с умом

Когда ты уже по уши в кредитах, сделать что-либо очень сложно. Приходится либо жестко экономить, либо работать в двух-трех местах. Либо и то, и другое. Так себе перспектива. Поэтому к выбору кредита нужно подходить разумно.

Вот основные правила:

- **Посетите несколько банков.** Желательно не меньше трех. Пусть каждый из них рассчитает, на каких условиях готов выдать деньги. Выбирайте тот, где будет самая низкая ставка.

- **Ищите баланс.** Ежемесячный платеж должен составлять не больше 25 - 30% от ваших доходов. А точнее, должен быть комфортным. Чтобы вы не чувствовали себя ущемленным. Иначе долго вы так не протянете и будете воспринимать кредит как кабалу. Найдите компромисс между стоимостью нужного вам объекта, сроком кредита и той суммой, которую нужно будет отдавать в месяц.

- **Думайте наперед.** К примеру, если вы берете ипотеку на 10 лет и при этом собираетесь завести детей, сразу же учитывайте, что после рождения ребенка семейные доходы упадут, а расходы вырастут. Просчитывайте этот сценарий.

- **Имейте заначку.** Не стоит вкладывать все до копейки в первоначальный взнос. Лучше оставить себе деньги про запас. Так спокойнее.

- **Продолжайте копить.** Даже если вы уже заемщик, доходы всегда должны превышать расходы. Откладывайте хотя бы небольшую часть денег постоянно. Такая привычка позволит вам проще перенести снижение зарплаты или другие неприятности.

Как еще снизить бремя по жилищному займу

Налоговый вычет. Его можно взять не только с цены недвижимости (до 260 000 рублей), но и с уплаченных процентов по ипотеке (до 390 000 рублей). Возможность получить налоговый вычет по ипотеке есть только в отношении одного кредита и только раз в жизни.

Материнский капитал. Его можно внести в досрочное погашение ипотеки.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Если платить нечем

Право физических лиц становиться банкротами появилось в России еще в 2015 году. Если человека признают банкротом, он освобождается от всех обязательств по кредитам. Главное условие для признания физлица банкротом - платить ему действительно нечем и денег взять негде.

С 2015 года, по данным единого реестра «Федресурс», официальными банкротами стали 829 тысяч россиян. Но темпы роста числа тех, кто обращается за этой услугой, в последнее время растут. Так, в первом квартале этого года число физлиц-банкротов увеличилось на 40%.

Стать банкротом можно через суд. Это не бес-

платно и довольно долго, процедура длится несколько месяцев. Если делать все самостоятельно, процедура обойдется в 50 тысяч рублей. Если с помощью юриста - в 100 - 150 тысяч рублей. Это средние цифры.

Кроме того, финансовый управляющий будет искать любое принадлежащее должнику имущество. Все, что можно продать и погасить хотя бы часть долга перед банком, будет продано на торгах (автомобиль, гараж, дача, земельный участок и даже плазменный телевизор). По закону, реализации подлежат все, кроме единственной квартиры и предметов домашнего обихода на сумму до 10 тысяч рублей. Должнику оставят деньги на счетах в размере прожиточного минимума, одежду, обувь и прочие личные вещи за исключением драгоценностей и предметов роскоши.

Есть и упрощенная процедура, без суда - для тех, у кого долг меньше 500 тысяч рублей. Подать заявление в этом случае можно через МФЦ. Но ограничения будут теми же: в течение пяти лет нельзя будет брать другие кредиты, заниматься бизнесом и работать на руководящих должностях.

ВАЖНО!

НА КАКУЮ СУММУ МОЖНО ПОЛУЧИТЬ ОТСРОЧКУ

- Кредитная карта до 150 тысяч рублей
- Кредит наличными до 450 тысяч рублей
- Автокредит до 1,6 млн рублей
- Ипотека без ограничений

Согласно статистике, это выше средних значений по суммам этих видов кредитов.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Врач-офтальмолог рассказала, из-за чего у детей портится зрение.

Анна ЛУКЬЯНОВА

Близорукость, приобретенная в школьном возрасте, - такой диагноз ставят детям все чаще. По данным российского Минздрава, в младших классах очкариков 6 - 8%, а к выпуску - почти 50%. Самое обидное, что именно с 6 до 18 лет, когда зрение формируется и его нужно беречь, дети корпят над учебниками и тетрадками.

ШКОЛА НЕ ВИНОВАТА

- Выходит, школа - главный вредитель? - спрашиваю Лилию КРУГЛЯКОВУ - врача-офтальмолога, которая наблюдает и лечит детей более 30 лет.

- Школа способствует росту близорукости, но винить ее нельзя. Это наша расплата за цивилизацию и возможность получать знания. Человеческий организм эволюционно приспособлен к обитанию на равнинах, дневной активности, высматриванию добычи или врагов. При взгляде вдаль мышцы глаз находятся в расслабленном состоянии. А во время чтения или работы за компьютером, наоборот, сильно напряжены, что ведет к сбоям. Разумный выход - дать глазам более подходящий режим работы.

- Поэтому офтальмологи рекомендуют побольше гулять днем и почаще смотреть в небо?

- Для зрения важно освещение. На улице его уровень в сто раз выше, чем обычно в помещении. Самое близкое к уличному - в телестудиях. При естественном освещении вырабатывается больше дофамина - важного нейромедиатора, от которого напрямую зависит, будет ли глаз ребенка расти в длину нормальными темпами или избыточно быстро, что плохо для зрения. Важно и то, что при хорошем освещении диаметр зрачка уменьшается, увеличивается глубина резкости для четкого изображения. Высокая интенсивность естественного света влияет и на уровень витамина D. На свежем воздухе много рассеянного света, а не направленного. Однако прогулки должны быть активными: бегать, играть, трудиться. Но не сидеть на лавочке с телефоном. По времени - не меньше 2,5 часа. Доказано, что у близоруких детей регулярные прогулки замедляют прогрессию миопии.

Проблема в том, что школьники перестали гулять

Уже в младших классах сегодня каждый 12-й ребенок с близорукостью. А к окончанию школы очки наденет каждый второй.



МИНУС ДИОПТРИЯ ЗА ЕГЭ

- Какие нехорошие тенденции наблюдаете по своим клиентам?

- Близорукость сильно помолодела. Если раньше впервые обращались по поводу снижения остроты зрения в 12 - 14 лет, то сейчас - в 6 - 8. Влияет мода на раннее обучение грамотности - чтение с 4 лет. Я категорически против, ведь зрительная система будет готова к чтению только к 5 - 6 годам. А еще видим телефоны в руках малышей колясочного возраста.

- Есть ли всплески жалоб старшеклассников в период сдачи ОГЭ и ЕГЭ?

- После экзаменов действительно констатирую ухудшение зрения у детей - бывает, что на целую диоптрию. К счастью, в большинстве случаев это спазмы аккомодации из-за перенапряжения, которые после летнего отдыха проходят. Но

иногда восстановить зрение не удастся.

КОГДА БЕЖАТЬ К ВРАЧУ

- Ребенок пошел в 1-й класс с нормальным зрением. А мы знаем, что почти у всех детей в школе оно портится. Как не прозевать ухудшение?

- Профосмотр для здоровых детей один раз в год - этого достаточно. А для близоруких и детей из группы риска - раз в полгода. Однако если ребенок стал близко подходить к телевизору, шуриться, наклоняться к книге при чтении - срочно к врачу. Или из-за занятий ребенок стал мало гулять. В группе риска - дети-азиаты (генетическая предрасположенность) и те, у которых один или оба родителя с близорукостью. Также нужно быть начеку, если перед первым классом доктор сказал, что у ребенка нет плюсового запаса (в 6 - 7 лет в норме зрение плюс 1).

- Если составить антирейтинг популярных у детворы гаджетов, кто его возглавит?

- Очки виртуальной реальности - в них самая короткая дистанция от экрана до глаза. Они еще и психику расшатывают. Производители рекомендуют такие очки с 12 - 13 лет. Офтальмологи - хотя бы с 17. Если раньше, то только детям со здоровым зрением и здоровой психикой, не больше 10 минут и не каждый день. Еще один бич - смартфоны. У ребенка рука коротенькая, и экран получается очень близко к глазам.

ЗАЩИТА ДЛЯ ПРОГРАММИСТОВ

- Нужны ли спецочки или линзы для ребят, которые занимаются в компьютерных классах?

- Я бы рекомендовала блокеры - очковые линзы с фильтрами, которые гасят вредную для глаз часть синего спектра. А ее излучают все наши электронные носители информации.

- А детям, которых не оттащить от компьютерных игр, можно такие? Хоть какая-то защита.

- Все-таки нужно попытаться оттащить. Объясняйте «игроманам» или «телеманам», что три часа полного погружения один раз в неделю вреднее, чем по полчаса каждый день. При этом важно, чтобы и до и после была смена деятельности: спорт, подвижные игры, помощь по дому. Дети до 15 - 16 лет, как правило, не осознают риски и пренебрегают правилами, особенно когда остаются одни дома.

Алексей БУЛАТОВ/«КР» - Екатеринбург

НА ЗАМЕТКУ

КАК ВОЗНИКАЕТ БЛИЗОРУКОСТЬ



Медицинское название - миопия. Это дефект зрения, при котором человек вблизи видит хорошо, а вдали - плохо. Длительная зрительная работа на близком расстоянии приводит сначала к астенопии (усталость глаз), потом - к спазмам аккомодации, вызывающим временное ухудшение зрения (так называемая ложная близорукость), потом - к истинной близорукости.

Важно понимать: если у ребенка минус 3 или 4 и это поставлено врачом как диагноз (после полного обследования с закапыванием глаз для расширения зрачка), то вернуть минус 1 не удастся. А если это спазм аккомодации, то можно попытаться.

Лазерная хирургия - выход? По словам врача, у нас научились хорошо оперировать близорукость - пациенты видят на 100%. Но у таких операций есть побочка. Самые минимальные - слезотечение на ветер, разложение света вокруг точечного источника на спектральные составляющие (гало). Поэтому не спешите, если минус небольшой. Неспеша ведь врачи-окулисты выбирают очковую или контактную коррекцию, а не лазерную.

Дмитрий ПОЛУЖИН/Комсомольская правда

КОНКРЕТНО

Это правильно

- ✓ Расстояние от глаз до книги должно быть не меньше 40 см.
- ✓ До экрана смартфона - 30 - 35 см.
- ✓ Расположение - чуть ниже уровня глаз. Поможет вертикальная подставка.
- ✓ Работайте на близком расстоянии не более 2,5 часа в день. Делайте 10-минутные перерывы после 30 - 40 минут непрерывной зрительной работы вблизи (чтение, рисование, письмо, музицирование, онлайн-уроки и пр.).
- ✓ С экраном - не более 20 минут работы, и потом перерыв.
- ✓ Проводите на свежем воздухе не меньше 2,5 часа в день.
- ✓ Делайте гимнастику для глаз. Пример упражнения на каждый день: встаньте в 40 см от окна и закройте ладошкой один глаз. Вторым смотрите сначала на метку на стекле, потом - на дальний предмет. По 2 минуты каждым глазом.
- ✓ Почаще включайте в свое меню чернику и морковь (полезные вещества для зрения усваиваются только с жирами - сметаной, маслом). Зимой свежая черника, конечно, очень дорога, но в замороженной ягоде ценные витамины сохраняются.

А так - вредно

- ✓ Читать или играть сидя, положив книгу или планшет на колени. Низкий наклон головы к книге и экрану способствует более сильному удлинению продольной оси глаза по сравнению со взглядом прямо.
- ✓ Читать на ходу или в движущемся транспорте. Постоянно смещающаяся картинка вынуждает глаза напрягаться и ежесекундно фокусироваться на новом расстоянии.
- ✓ Читать лежа на животе или на спине. Потому что сложно соблюдать расстояние между глазами и книгой.
- ✓ Сидеть скособочившись, подперев ладошкой щеку. Помимо сколиоза, можно спровоцировать ассиметричное падение зрения, поскольку один глаз оказывается ближе к книге.

РАДИО
КОМСОЛЬСКАЯ
ПРАВДА
90,6 FM

Советы по воспитанию, здоровью и развитию ребенка дают опытные психологи, педагоги и врачи в «Родительском вопросе» по воскресеньям в 12.00

Можно ли самому избавиться от ожирения

Окончание.
Начало < стр. 1.

- Часто можно услышать: что тут обсуждать, есть надо меньше, да и все. На самом деле ожирение очень серьезное заболевание. В 2000 г. им страдали 325 млн жителей земли, в 2020-м - уже 650 млн. А к 2030 г., по прогнозам, ожирение будет у 1,1 млрд человек, - рассказал **сопредседатель Всероссийского союза пациентов (ВСП) Юрий Жулев**, открывая форум «Ответственное самолечение пациента с лишним весом и ожирением».

В России, по оценкам экспертов, масса тела зашкаливает (именно при чрезмерном избытке килограммов ставится диагноз «ожирение», см. «Будь в курсе») у трети взрослого населения.

Среди детей и подростков весят больше нормы 16 - 17%.

- Цифра ужасающая, поскольку это наше будущее, - отметил Жулев.

Участники форума привели данные исследований: почти каждый второй (около 50%) из тех, кто имел избыточный вес в 6 лет, сталкивается с такой же проблемой, став взрослым (обычно после 30 лет).

Так что надежды родителей, что «детская пухлость» уйдет безвозвратно, ребенок «перерастет» - увы, зачастую не оправданы. Как говорится, береги стройную талию смолоду.

Ожирение буквально крадет у человека годы жизни - она сокращается в среднем на 15 лет при выраженной стадии болезни, предупреждают врачи. Сегодня известно, что **лишний вес активно участвует в развитии сердечно-сосудистых заболеваний, сахарного диабета и многих видов рака.**



Владимир ВЕЛЕНГРИН/«КП» - Москва

- Поэтому мы предлагаем признать ожирение социальным значимым заболеванием. Это позволит сформировать систему поддержки для пациентов, - пояснил Юрий Жулев.

В то же время очень важ-

ную роль в борьбе с избыточным весом играет так называемое ответственное самолечение, заявили эксперты.

Что это такое?

Подготовила
Анна ДОБРЮХА.

ВОЗЬМИ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ НА СЕБЯ

Вообще-то к слову «самолечение» отношение у большинства врачей осуждающее.

- Однако сегодня весь мир приходит к пониманию самолечения как ответственности за свое здоровье, самопомощи, самозаботы, - рассказал на форуме **сопредседатель ВСП, доктор медицинских наук Ян Власов**.

В лечении ожирения многое зависит от самого пациента, его поведения, дисциплины, добавляет Юрий Жулев. Вот пять основных составляющих ответственного самолечения пациентов с лишним весом, которые выделили эксперты.

1 Правильная оценка

Нередко люди недооценивают масштаб своей полноты, рассказала **главный диетолог Депздрава Москвы, замдиректора ФИЦ питания, биотехнологии и безопасности пищи Антонина Стародубова**. Так, по данным одного из исследований ФИЦ, только 1,5% родителей детей школьного возраста сообщили, что у их сына или дочери ожирение. 6,6% признали, что чадо имеет лишний вес. А меддиагностика показала: на самом деле избыточную массу тела имеют 18,6% школьников, а ожирение - 8,9%. Почувствуйте разницу!

Поэтому эксперты советуют проходить профессиональную диагностику, в ходе которой специалисты могут определить, сколько у вас жира, мышц и т. д.

Бесплатно можно провериться в ходе диспансеризации в вашей поликлинике. Еще больше возможностей в центрах здоровья, которые работают во всех регионах страны, рассказала на форуме **главный терапевт Минздрава, академик РАН Оксана Драпкина**. Такие центры изначально «заточены» на ЗОЖ и борьбу с лишним весом. Их адреса на портале Минздрава takzdorovo.ru

2 Здоровое питание и физнагрузки

Все знают золотое правило похудения: количество съеденных калорий должно быть меньше, чем количество потраченных. Добиваться этого помогают грамотное снижение калорийности - здоровое питание и разумные физнагрузки, напомнила Антонина Стародубова.

Но менять питание и сбрасывать вес нужно медленно, без стрессов, которые лишь усугубят проблему. «Если вы набирали нынешнюю массу тела несколько лет, то и сокращайте ее потихоньку, в спокойном режиме, а не за несколько месяцев», - призвала эксперт.

3 Следуйте назначениям врача

Да, это тоже можно считать самолечением. Врач дает основные рекомендации, а затем пациент должен сам выстроить линию своего поведения для их соблюдения. В том числе в отдельных случаях самостоятельно принимать решение, скажем, об использовании тех или иных лекарств в рамках общих назначений доктора.

Кстати, к каким врачам обращаться для лечения ожирения? Начинать рекомендуется с терапевта, а далее могут понадобиться

консультации эндокринолога, диетолога и даже генетика. В отдельных случаях - хирурга, когда по медпоказаниям необходима бариатрическая операция (ее в ряде случаев можно сделать бесплатно, по ОМС).

4 Грамотный выбор лекарств в аптеках

- Низкая адекватность подбора препаратов в аптечных сетях - бич ответственного самолечения, - заявил сопредседатель Всероссийского союза пациентов Ян Власов. И привел данные одного из исследований ВСП. Почти в половине случаев (47%) фармацевты при наличии необходимого пациенту лекарства по своей инициативе рекомендуют замену. И в 61% случаев этой заменой оказывается не лекарство, а БАД!

Так что обязательно читайте инструкцию, чтобы понять: лекарство вам предлагают или БАД.

5 Контроль за лечением

Тут все просто. Для понимания, правильным ли путем вы идете, товарищи худеющие, нужно периодически проходить контрольные проверки.

БУДЬ В КУРСЕ

КОГДА ТЫ УЖЕ НЕ ПРОСТО ПЫШКА

Эндокринологи применяют такую градацию (в соответствии с Клиническими рекомендациями Минздрава РФ):

- Индекс массы тела (ИМТ, как посчитать - см. ниже) от 30 до 34,9 - ожирение 1-й степени,
- ИМТ от 35 до 39,9 - ожирение 2-й степени,
- ИМТ от 40 и выше - ожирение 3-й степени.

КАК ВЫЧИСЛИТЬ СВОЙ ИНДЕКС МАССЫ ТЕЛА:

- Возьмите свой рост в метрах, возведите в квадрат. Затем свою массу тела в кг разделите на полученную цифру. Так вы узнаете индекс массы тела (ИМТ).
- Если ИМТ оказался в промежутке 18,5 - 24,9, то у вас нормальный вес;
- ИМТ от 25 до 29,9 - возможно, есть избыточный вес, его нужно снижать, но пока это не медицинский диагноз.



Дмитрий ПОЛУЖИН/Комсомольская правда

При ИМТ выше 30 обязательно нужно обратиться к врачу.

«Комсомолка» рекомендует:

Обман веществ

Как мед, сахар и соль заставляют нас стареть быстрее? Есть ли связь между лишним весом, иммунитетом, болезнью Альцгеймера и воспалениями? Опасно ли принимать гормоны и можно ли их заменить «травками»? Как начать двигаться, если «спорт - вообще не мое»? Подробная инструкция для тех, кто хочет улучшить здоровье и не бояться старости, - в нашей книге. А еще теперь можно купить и электронную версию!

Приобретайте на shop.kp.ru!

А также в книжной сети «Читай-город», chitai-gorod.ru



Реклама, 16+



Все, что вы хотели знать о здоровье, новых лекарствах и даже врачебных тайнах, слушайте в программе «Медсовет» по субботам в 20.30 на Радио «КП»

МИСС КУПАЛЬНИК «КП»



Юлия КОРТУНКОВА, 31 год, Магнитогорск:
- Имею диплом о высшем образовании. Работаю менеджером по продажам. Увлекаюсь аэробикой и танцами. С техническим складом ума, но с творческим наполнением в душе. Не замужем.

Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:



- Шоколадный загар в сочетании со светло-голубым - это просто невозможная красота. А какая линия бедра! А улыбка! Хочется лишь шепотом: «...богиня».

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



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

АНЕКДОТЫ В НОМЕР

Нежный поцелуй сзади в шею. Очень трогательный и интимный момент. Не понимаю, почему люди в метро из-за этого так психуют.

- Как у тебя дела с Толиком, доченька?
- Спорим по мелочам.
- Каким же?
- Я хочу быть на свадьбе в белом платье, а он вообще жениться не хочет...

Я по жизни везунчик! Вот, скажем, у Овечкина нет одного зуба... А у меня один зуб есть!

- У тебя кровавое пятно на полу!
- А, это меня соседи сверху заливают периодически...

Возле театра Куклачева черная кошка перебежала дорогу, купила пиво и вернулась обратно.

Инструктаж при приеме на работу.
- А теперь запишите все ваши должностные обязанности.

- А можно покороче, одной строкой?

- Можно! Вы теперь раб.

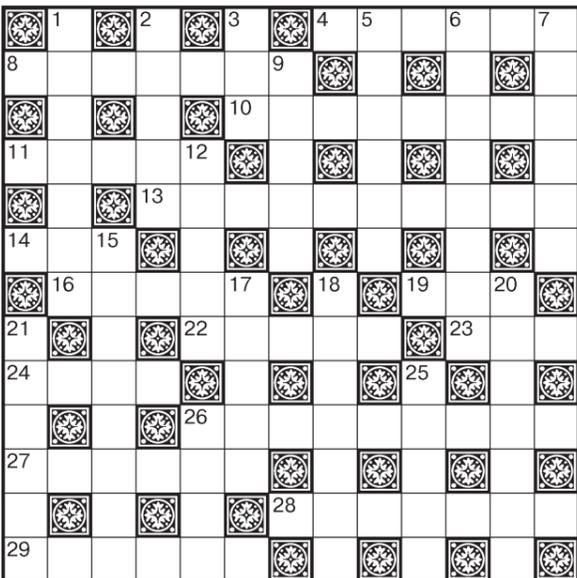
Не желающий рано вставить Игнат перевел валенком петуха на попозже.

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. Главный кредитор США. 8. Какой город пал от трубно-го гласа? 10. Кто из чиновников откладывает дела в долгий ящик? 11. Кто из звезд перевоплотился в Михаила Горбачева в фильме «Рейкьявик»? 13. Какая древняя рептилия «открыта» в 1824 году Уильямом Баклендом? 14. ... блаженства. 16. Кто из классиков обычно обсуждал с Симоной де Бовуар «все, что написал за день»? 19. Тренажерка стрелков. 22. Любимый гриб Антона Чехова. 23. Столетие, но короче. 24. «Неволшебник» из поттерианы. 26. Схема по отмыванию денег. 27. Кем был легендарный Валерий Чкалов? 28. Дуда шотландца. 29. Люксовая гречка.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Древнеегипетский бог, которого рисовали с наполненной плодами корзиной на голове. 2. «Если ... не имеет успеха, это искусство» (мнение Карло Понти). 3. Кому из героев мультфильма «Миньоны» достаются роботизированные руки и ноги? 5. Причина нагоняя от шефа. 6. Стандарт достижений. 7. Какую крошку добавляют в латвийские скрабли для лица? 9. Какой сериал вынудил актера Кирилла Кяро учить жуткие химические термины? 12. Реабилитационный. 15. Ампула бандита. 17. Борец за улов. 18. Похмельный. 20. Комментарий автора. 21. Жена Яго из «Отелло». 25. Приглашение к сессии. 26. Какой город представляет австрийский футбольный клуб «ЛАСК»?

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Япони. 5. Миссия. 6. Норматив. 7. Янтарь. 8. Бомбей. 9. «Нюхач». 10. Карлос. 11. Дарья. 12. Верткаль. 13. Серапис. 14. Филм. 15. Завр. 16. Мит. 17. Рпжик. 18. Волынка. 19. Ландромат. 20. Рпжик. 21. Рпжик. 22. Рпжик. 23. Рпжик. 24. Мит. 25. Рпжик. 26. Рпжик. 27. Рпжик. 28. Рпжик. 29. Рпжик.

Прогноз погоды на 26 июля

	ночью	днем	
Саратов	+21...+23	+28...+30	Давление - 752 мм рт. ст. (норма - 745) Относительная влажность воздуха - 38% (норма - 75) Ветер - южный 1 - 10 м/с Восход - 5.10 Закат - 20.54 Луна - в I четверти
Александров Гай	+17...+19	+31...+33	
Балтай	+16...+18	+25...+27	
Озинки	+17...+19	+29...+31	
Ртищево	+17...+19	+28...+30	



СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР! Звоните нам! **(495) 777-02-82** Ваше мнение для нас важно!

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

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»
 ■ Главный редактор, генеральный директор Олесь Вячеславовна НОСОВА.
 ■ Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.
 ■ Ведущий редактор номера Л. ЗАХАРОВ (зам. главного редактора).
 ■ 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.
 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
 © 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

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индексы П1101, ПМ976 Тип. № 1428
 ■ 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: 167 874 экз.
 Рекомендуемая цена - 15 руб.
 Тираж сертифицирован Бюро тиражного аудита - www.press-abc.ru



Генеральный директор - Мария Викторовна УСОВА
 И.о. редактора - Елена МАРКЕЛОВА
 E-mail: saratov.kp@ya.ru
 www.kp.ru

Адрес редакции и издателя:
 410028, г. Саратов, ул. им. Чернышевского Н.Г., дом 153,
 офис № 217.
 ТЕЛЕФОН 8(8452) 53-42-21.

Отпечатано в ООО «Волга-Медиа», 410040, г. Саратов, ул. Вишневая, 10. Тел. 8(8452) 53-42-21. Заказ № 1428.