

# Просто добавь камней

Участник «Адской кухни» рассказал, как приготовить дома любимое блюдо Чингисхана.

Читайте на стр. 11 ▶



Кафе «Ханский двор»

**РАДИО  
КОМСОМЛЬСКАЯ  
ПРАВДА**

Абакан **105,3 FM**  
Иркутск **91,5 FM**  
Красноярск **107,1 FM**  
Новосибирск **98,3 FM**

radiokp.ru



**100 ЛЕТ** КОМСОМЛЬСКАЯ ПРАВДА

Основана в мае 1925 года

Вторник, 17 декабря  
№ 95 (27645)/2024 год

**Сибирь**

**KP.RU 4 102 000**  
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ  
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

## Эксперты рассказали правду о дженериках

# Могут ли качественные лекарства быть дешевыми?



Более 50% препаратов в России - аналоги оригинальных разработок.

Читайте на стр. 12 - 13 ▶



Алексей БУЛАТОВ

## Больше делать своими руками и меньше покупать ненужного

Татьяна ЗЫКОВА  
(«КП» - Красноярск)

Как подготовиться к Новому году и избежать лишних трат.

Признайтесь: не можете отвыкнуть отмечать Новый год с размахом? В декабре потратиться в ноль, а в январе занимать деньги на хлеб до полочки и наблюдать, как пропадают праздничные салаты и пылятся в шкафу наряды «на раз»? Может, пора отказать от лишних трат?

Те, кто привык к разумному потреблению, утверждают: «Конечно!» Корреспондент «Комсомолки» выяснил, как сэкономить на расходах и сохранить праздничное настроение.

Окончание на стр. 10 ▶

## «Вошел спокойно, даже флегматично»

Вадим АЛЕКСЕЕВ,  
Анна АЛЕКСЕЕВА  
(«КП» - Новосибирск)

### Вооруженный новосибирец ограбил банк на 9,5 млн.

Дерзкое преступление было совершено в самом центре Новосибирска 12 декабря в 8:30 утра. Человек в маске вошел в здание и стал угрожать находившимся там pistolетом. На камеры он хоть и попал, но лица не рассматривать.

- Известно, что в здание банка он проник вместе с сотрудниками. После чего троих работников связал в одном из служебных по-

мещений, а с четвертым прошел в кассовую зону, - сообщает прокуратура региона.

Обычно, описывая подобные разбойные выходы, невольно используешь экспрессивную лексику - стремительно ворвался, напал... Но в данном случае - нет. Вошел спокойно, можно даже сказать, флегматично.

Адвокат Евгений Харламов (в прошлом - начальник криминальной милиции) рассуждает, что могло подвести неизвестного к налету на банк.

- Либо человек задолжал очень много денег, либо в какую-то кабалу залез, в результате каких-то онлайн-ставок, казино и так далее.

И, в общем, все вертится вокруг долгов. И где-то в последнюю очередь причиной могла стать наркомания, алкоголизм и так далее. Но там другие масштабы, - рассказал «КП» - Новосибирск Харламов, - Зависимые забегают в автобус, вырывают сумку, убегают. Здесь же совершенно иной почерк.

Разумеется, мнение о финансовых проблемах гангстера - это лишь версия. Еще одно предположение эксперта - подельник преступника среди банковских служащих. Судя по поведению грабителя, к налету он тщательно готовился. Был знаком с обстановкой, проработал пути отхода, возможно, знал схему охраны. А значит, налетчик или



Никита МАЛЬКО

сам долго ходил в банк, или имел сообщника.

Вероятно, скоро мы узнаем истину. Но пока преступник до сих пор остается найденным.

Из банка он вынес почти 10 млн рублей и беспрепятственно скрылся с добычей. По закону за разбой в особо крупном размере налетчику грозит до 15 лет колонии.

**Владимир Путин на расширенном заседании коллегии Минобороны подвел итоги года и рассказал о будущем нашей армии.**

Андрей ЗОБОВ

## УКРАИНА БЫЛА СЛОМЛЕНА

- Уходящий год стал знаковым в достижении целей СВО. Благодаря профессионализму и мужеству наших воинов, героическому труду работников оборонных предприятий и всенародной поддержке войска прочно владеют стратегической инициативой на всей линии боевого соприкосновения, - начал встречу глава государства.

Путин подчеркнул - в 2024 году армия России освободила 189 населенных пунктов, смогла сломить сопротивление врага. Все это благодаря отваге и мужеству солдат, сражающихся за Родину. В честь погибших воинов он объявил минуту молчания:

- Наш долг всегда помнить боевых товарищей, окружить постоянной заботой их семьи и детей. Я уже говорил много раз: их дети - это наши с вами дети. Никогда мы не должны об этом забывать.

## ПУГАЮТ НАСЕЛЕНИЕ

Следом Путин заметил, что международная обстановка раскалена до предела. Не желая смириться с поражением, Запад пытается спровоцировать эскалацию конфликта.

- Пугают свое население тем, что мы собираемся нападать. Эта тактика проста: доводят нас до красной чер-



Президент начал коллегию Минобороны с минуты молчания по погибшим. «Наш долг всегда помнить боевых товарищей, окружить постоянной заботой их семьи и детей», - заявил он.

# Россия должна быть готова к нападению НАТО

ты, через которую мы отступить уже не можем, начинаем отвечать, тут же пугают свое население «российской угрозой», - объяснил президент.

При этом сами США наращивают свои силы в Европе.

- Мы подчеркивали, что не будем разворачивать ракеты средней и меньшей дальности до тех пор, пока американское оружие подобного рода не появится в каком-либо регионе мира. Но если США приступят к разворачиванию таких систем, все наши ограничения нами будут сняты, - сказал Путин.

## НОВЫЕ ВОЙСКА

После президента слово взял министр обороны

Андрей Белоусов. Он отчитался об успехах Вооруженных сил в цифрах и заявил, что армия модернизируется не только ради победы на Украине.

- России необходимо быть готовой к любому развитию обстановки. Включая возможный военный конфликт с НАТО в Европе в ближайшее десятилетие. Об этом говорят решения, которые бы-

ли приняты на прошедшем в июле саммите Альянса.

Кроме того, министр предложил сформировать новый род войск.

- В соответствии с поручением Верховного главнокомандующего предлагается сформировать новый род войск - «войска беспилотных систем». Завершим их создание уже в III квартале следующего года, - сказал Белоусов.

## ВАЖНО!

**Владимир Путин:** «Приоритетом в работе всех органов власти должно стать решение социальных вопросов участников специальной операции, забота о семьях погибших и получивших тяжелые травмы в ходе боевых действий. Это должно быть в центре нашего внимания. Необходимо вникать в проблемы каждого нашего боевого товарища, его семьи и реально помогать решать их проблемы».

## ЦИФРЫ ОТ МИНИСТРА

**560 тысяч** - потери ВСУ за год.

**1 млн** - потери ВСУ за время СВО.

**Более 40 тысяч** - потери ВСУ под Курском.

**58 тысяч** - уничтожено техники ВСУ (18 тысяч - иностранной).

**30 кв. км** - в день освобождают наши войска.

**3,5 тысячи** - беспилотников применяется в сутки.

**427 тысяч** - военнослужащих пришли в ВС РФ в этом году (больше 1200 в день).

**86** Storm Shadow и SCALP,

**215** ATACMS,

**1629** HIMARS,

**27 тысяч** БПЛА - сбито в этом году.

## УГРОЗЫ РОССИИ

→ США проводят к 2030 году модернизацию всех компонентов ядерной триады. Обновляют номенклатуру ядерных боеприпасов, создают новые ядерные боеголовки и бомбы.

→ НАТО переходит на новую систему боевой готовности. Она предусматривает развертывание у западных границ России 100-тысячной группировки в течение 10 суток. За 30 суток - 300-тысячной, за 180 суток - 800-тысячной.

→ Вашингтон и Берлин объявили о размещении в 2026 году на территории Германии американских ракет средней дальности. А в дальнейшем - гиперзвуковых ракет с полетным временем до Москвы порядка 8 минут.



### 1. Ядерное сдерживание

Россия будет поддерживать потенциал ядерной триады. Так, уже обновлено до 95% всех ракетных комплексов.

«Мы будем и дальше поддерживать их потенциал и сбалансированное развитие, вести работу по созданию новых систем и комплексов сил сдерживания».



### 2. Реакция на выпады

«Мы будем реагировать на риски, связанные с развертыванием США ракет средней дальности в Европе и Азиатско-Тихоокеанском регионе. При этом важнейшая задача - обеспечить своевременное обнаружение старта таких ракет и их перехват. Одновременно нужно отладить все вопросы серийного производства и развертывания подобных ударных отечественных

## ЧЕМ ОТВЕТИМ

систем, в том числе и гиперзвуковых. В том числе «Орешник».



### 3. Опыт СВО в подготовке солдат и офицеров

«Надо активнее внедрять опыт, полученный в ходе специальной военной операции, и в боевую подготовку войск, а также в программы высших военных учебных заведений. При этом следует совершенствовать способы ведения военных действий, повысить уровень владения оружием и техникой, а также эффективность управления войсками».



### 4. Новые технологии

«Опыт проведения специальной военной операции должен в полной мере учитываться и при определении приоритетных направлений развития отечественного оружия и техники, тактики их использования».



### 5. Единая система связи

«Для сокращения времени на принятие решений на поле боя создана и показала свою эффективность межвидовая система информационного обмена на базе мобильных устройств. В войска уже поставлено свыше 6,5 тысячи таких систем».



### 6. Развитие роботов

«Необходимо наращивать производство робототехнических комплексов и беспилотных систем различных классов и типов».



### 7. Работа с партнерами

«Нужно продолжать расширять военное и военно-техническое сотрудничество с союзниками и партнерами, с теми, кто готов и хочет работать с нами, а это большинство стран мира».

В контакте



## ЭКОНОМИКА

Вступайте в нашу группу ВКонтате  
VK.COM/KPRU

Звонят из «деканата»: мошенники добрались до студентов

ТОЛЬКО НА САЙТЕ KP.RU

## ЗДОРОВЬЕ

Признаки сниженного иммунитета: когда нужны иммуномодуляторы



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



# Дела пошли на оклад

Отличная новость под елочку: в этом году зарплаты выросли абсолютно у всех профессий. Если брать в среднем, конечно.

Наталья ВАРСЕГОВА

условия дефицита кадров переманить или удержать работников.

Изначально низкие доходы. Условно говоря, когда медсестре повышают зарплату на 10 тысяч, это аж 20% от ее первоначального дохода. А для программиста те же 10 тысяч - меньше 3%.

Кстати, о программистах. Именно они в этом году получили самую маленькую прибавку к зарплате - 2,9%. Что неудивительно: например, средняя зарплата программиста, пишущего на языке Kotlin, - 360 тысяч в месяц. И прибавка в 10 тысяч рублей выглядит чисто символической.

Но вот что бросается в глаза: следом за айтишниками в списке профессий с самыми низкими прибавками расположились врачи. У бюджетников зарплаты ограничены бюджетами регионов и установленной ранее (в прошлом году. - Ред.) индексацией, - объясняет Сафонов.

Это выяснили аналитики сервиса по поиску работы Superjob.

Первые места по росту зарплат занимают высококвалифицированные рабочие, водители, маляры - за год они прибавили больше 20%.

Сейчас большой спрос на рабочие профессии: и в обрабатывающей промышленности, и в военном промышленном комплексе, - поясняет профессор Финансового университета при Правительстве РФ Александр Сафонов.

По словам эксперта, есть три главные причины для такого роста зарплат в этих сферах.

**1** Дефицит специалистов. Производство в стране растет, рабочих рук нужно все больше.

**2** Готовность предпринимателей повысить зарплаты выше уровня инфляции. Для того чтобы в

Кто в передовиках...	Рост зарплаты с начала года, %	Средняя прибавка в деньгах, руб.
Шлифовщик по металлу	26,7	20 000
Водитель погрузчика	26,7	20 000
Товаровед	25	15 000
Промышленный альпинист	25	30 000
Маляр по металлу	23,4	18 000
Приемщик	23,1	15 000
Механик	21,1	20 000
Монтажник	20	20 000
Медсестра	20	10 000
Инженер по эксплуатации зданий	20	20 000
...а кто в отстающих		
Программист, пишущий на языке Kotlin	2,9	10 000
Врач общей практики	3	5000
Врач-оториноларинголог	3,4	5000
Product-менеджер	3,4	10 000
Финансовый контролер	3,7	5000
Разработчик Android	3,7	10 000
Врач-кардиолог	3,7	5000
Интернет-маркетолог	3,8	5000
Аналитик данных	3,8	10 000
Финансовый менеджер	4	5000

По данным Superjob.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

## ЭТО ЧТО-ТО НОВЕНЬКОЕ

# Любители выпить заплатят по полной

Андрей ЗАЙЦЕВ

Чиновники намерены запретить скидки на спиртное и обязать магазины убирать напитки с градусом с видных мест.

Сразу успокоим. До Нового года никаких изменений не будет. И алкоголь на полках останется, и скидки на него будут. И сухой закон никто вводить не планирует. Просто премьер-министр Михаил Мишустин выпустил распоряжение, в котором поручил профильным ведомствам согласовать план мероприятий по снижению алкогольной зависимости россиян.

В долгосрочном плане 29 направлений. Тут и мероприятия по вовлечению молодежи в занятия физкультурой, и борьба с контрафактом, и постепенное повышение минимальной стоимости, и профилактика алкогольной зависимости, и повышение культуры питья. С разными сроками исполнения.

В частности, до 15 апреля пяти профильным ведомствам (Минпромторг, Минздрав, Роспотребнадзор, Минфин, Минсельхоз) нужно оценить практику применения скидок на алкогольную продукцию и, возможно, запретить их. По словам экспертов, речь не столько о том, что такие скидки могут приводить к продажам алкоголя по ценам ниже минимально установленных законом. Главное - что скидки являются

маркетинговым шагом, который стимулирует повышенное потребление. Особенно если алкоголь находится в прикассовой зоне.

По сути, чиновники предлагают сделать продажу алкоголя по аналогии с табачной продукцией. Убрать бутылки и банки с видных мест. Чем реже клиент замечает алкогольную продукцию, тем меньше у него возникает соблазн ее купить.

Напомним, основная цель Концепции сокращения потребления алкоголя в России, утвержденной год назад, - снизить среднее потребление до 7,8 литра чистого спирта на человека в год. Примечательно, что и без нового плана власти почти достигли поставленной цели.

По данным Единой межведомственной информационно-статистической системы (ЕМИСС), сейчас в среднем россияне выпивают уже меньше



8 литров чистого спирта на человека в год. И с каждым годом цифра снижается (см. «Конкретно»). При этом есть регионы, где потребление стремится к нулю (на Кавказе). Но есть и те, где оно зашкаливает. Например, в Еврейской автономной области и Ненецком автономном округе пьют вдвое больше среднего (17 и 16 литров соответственно).

## МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА

### «Скидки не увеличивают объемы продаж»

Вадим ДРОБИЗ, директор Центра исследований федерального и региональных рынков алкоголя:

- Согласно различным исследованиям потребительского рынка, минимум четверть объема алкогольной продукции у нас продается по скидкам. По пиву этот показатель даже больше. При этом никакого особого влияния на рост объемов продаж эти скидки не оказывали. Из-за них потребитель ни на один миллилитр больше не выпьет. Допустим, стоят на полке 20 видов водки или пива. В одну неделю по акции продается один бренд, в следующую - другой. То есть скидки не являются способом повышения объема продаж в целом, они лишь временно привлекают внимание потребителя к определенному бренду.

## ВОПРОС ДНЯ



В этом номере «КП» психологи рассказывают, как правильно ставить цели на предстоящие 12 месяцев (стр. 14). Мы решили спросить:

## А ваши загаданные на Новый год желания сбываются?

Максим ЧИБИНЕВ, машинист башенного крана, Ростовская область:

- Еще как! Мы с женой Натальей 10 лет назад на Новый год загадали, чтобы у нас родился сын. В 2019-м на свет появилась дочка. А в 2024-м - сразу тройня: Сёма, Дима и Максим!

Юнна МОРИЦ, поэтесса:

- У меня желание всегда одно - чтобы Господь Бог помог мне дать людям такие стихи, которые стали бы противоядием от всех отрав и антидепрессантом от всех кошмаров. Как пишут мне мои читатели, многим помогают, например, такие строки: «...Я тебя не оставлю в покое попивать смертолюбия мёд».

Леонид РОШАЛЬ, «Детский доктор мира», президент НИИ неотложной детской хирургии и травматологии:

- Всегда загадываю одно желание - чтобы наступающий год не был хуже уходящего. И, конечно же, всем - здоровья!

Валерий ТРАПЕЗНИКОВ, экс-депутат Госдумы, токарь с 49-летним стажем, Пермь:

- Мое желание было, чтобы в зоне СВО наступил перелом, и это происходит. В личном плане установил рекорд - на днях проплыл в бассейне на спине один километр за полчаса.

Лидия СКОБЛИКОВА, шестикратная олимпийская чемпионка по конькобежному спорту:

- Я всегда желаю, чтобы в нашей семье все было хорошо, все были здоровы - дети, внуки... Но одно желание пока не сбывается. Хочу, чтобы нашу конькобежную сборную допустили до международных стартов. На днях наши пловцы, пусть и в нейтральном статусе, прекрасно выступили на ЧМ в Будапеште, завоевав 10 медалей, из них шесть золотых, плюс установили еще и рекорд мира.

Виктория ШАФИГИНА, основательница Союза редких и обычных людей:

- В этом году мы решили поучаствовать во всероссийской акции «Ёлка желаний». У моего сына Льва редкое генетическое заболевание синдром Барта. Недавно он увлекся журналистикой, ему нравится брать интервью. На вопрос, что он хотел бы на Новый год, Лева ответил, что загадал желание записать интервью с Президентом России! Амбициозно? Очень! Но почему нет?

Любава ЯКОВЛЕВА, 6 лет, чемпионка по метанию ножей, попала в Книгу рекордов России в три года:

- В Новый год загадала попробовать ананас, и попробовала! Мечта сняться в кино тоже сбылась (в сериале «Цирк» Любава исполнила одну из ролей. - Ред.). Пока не удалось только на море побывать и покататься на велосипеде...



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



**Тысячи тарелок и ведра котлет - спецкор «Комсомолки» поработала поваром в бригаде строителей, приехавших со всей России восстанавливать ее родной город - Авдеевку.**

# Как закалялся

**Юлия АНДРИЕНКО,  
Москва - Донбасс.**

Гора посуды в раковине растет, и вскоре тарелки с грохотом начинают падать на пол. На плите сбегает каша. А в дверь уже колотят и требуют завтрак. А-а-а! Из кошмарного сна меня вырывает треньканье будильника, на часах - 5 утра, пора умыться из ковшика и готовить завтрак для строителей, восстанавливающих мою Авдеевку.

## «ЗАПОИ БЫВАЮТ?»

В мае, приехав из Москвы в освобожденную Авдеевку и даже умудрившись вывезти из своей старой квартиры ящик с елочными игрушками и альбомом с фотографиями, я мечтала об одном - сделать хоть что-то для города, где прошла большая часть моей жизни.

И вдруг узнаю, что Русская православная церковь организует выезды в Авдеевку для желающих восстанавливать город. Нужны строители, сантехники, электрики, повара. Обещали научить всему, даже если вы не держали в руках молоток и половник. Я заполняю анкету, где, кроме прочего, вопросы - хожу ли в храм и имею ли вредные привычки.

Мне перезвонили - нужно еще и пройти собеседование у священника.

- Вам придется три раза в день готовить на 25 строителей. Готовы? Имейте в виду, вода там по часам и горячей нет. Не раздумали? Родные не будут против? - будто отговаривал меня батюшка.

- Я сама из Авдеевки. А с 2014 года жила в Донецке, к воде по часам привычная, - привела я железный, как мне казалось, аргумент.

На том конце трубки помолчали и поинтересовались:

- Запой бывают?

Наверное, этот вопрос

**Завтрак, обед и ужин наш корреспондент готовила в условиях дефицита холодной воды и отсутствия горячей.**



Личный архив Юлии Андриенко

после моих «аргументов» оказался батюшке самым уместным.

И вскоре ранним темным утром я стояла у московского храма Сергия Радонежского. Вместе со мной перетапывались десятка два суровых мужчин. Нам вручили какие-то соглашения, которые я подписала не глядя. Даже если бы там было про продажу в рабство, остановить меня было невозможно.

Кухня - не мой конек, а перспектива варить три раза в день на ораву мужиков, если честно, пугала. Но главное - я еду спасать свой город.

## АЙТИШНИКИ И МОНАСТЫРСКИЕ ПЛОТНИКИ

Прыгаем «по матрешкам». У нас это - «Тойота Секвойя», за рулем - ее улыбчивый хозяин Юра. У него - трое детей и своя айтишная компания. Он уже ездил крыть крыши в

Мариуполе. На мой вопрос, зачем это ему, москвичу, пожимает плечами:

- Ну а как в стороне сидеть? Мы с коллегами, айтишниками, еще и шапку пустили по кругу. Собрали 600 тысяч рублей, купим людям в Авдеевке генераторы, бензопилы. У меня и родители ездили волонтерить, - отвечает он.

- Ты какой-то нетипичный айтишник, мне твои коллеги встречались - сплошь либералы, в Донбасс их не вытнешь, - замечает с заднего сиденья Денис.

Еще с нами Игорь, 63-летний плотник из Соловецкого монастыря, и бизнесмен из Москвы - Алексей.

Когда мои попутчики узнают, что я сама из Авдеевки, чувствую их восхищение.

К ночи добираемся до базы в одном из прифронтовых

городов, для меня не менее родного, чем Авдеевка. Тут я появилась на свет, тут жили дедушка с бабушкой, работал отец. Нас заселяют в бывший детсад. Звоню родным сообщить, что добралась, и узнаю, что это тот самый садик, куда ходила моя мама. Удивительно представлять, как она бежала по этим ступеням маленькой девочкой с косичками. У меня уже чувство, что я попала в свое прошлое, где должна успеть что-то важное.

Колоритный завхоз Виталий, как Дед Мороз, ведет меня с чемоданом на второй этаж. Вокруг - двухъярусные кровати, на которых спят мужчины. Мне отводят... закуток за шторкой.

- А я думала, девочки отдельно, - растерянно тяну я.

- Ну, тогда поселим в кабинет врача, - смилостивился Дед Мороз, и меня ведут в крошечный медпункт. Я так устала, что у меня уже нет сил удивляться еще одному привету из прошлого - ведь я 13 лет работала на скорой.

Все собираются на вечернюю молитву. Это часть распорядка. И все кажется необычным - рядки детских шкафчиков: «Зайка», «Мишка», «Лисенок», а рядом с ними кирзачи 45-го размера.

## МОЛИТВА, КАША - И НА РАБОТУ

Утро начинается в 6.30. И тоже с молитвы. В 7.00 уже подача каши, которую еще нужно успеть сварить. Умывание холодной водой из ковшика, благо ряды баклажек с ней полны и донецкие навыки не утратились после года жизни в Москве.

- В Авдеевке на заборах написано «Мин нет», но никто не гарантирует, что уже после наших саперов не прилетел дрон ВСУ и не раскидал мины-«Лепестки». Поэтому нигде не шатаемся, дрона включения не ищем. Дроны

тут вообще не редкость, интересуйтесь, где ближайшее убежище. Военных не фотографируем, - проводит инструктаж 26-летний прораб Антон.

Музыкант, оставивший московскую филармонию и сытый столичный быт, он уже второй год строитель в Донбассе. Улыбается детскими ямочками и признается, что, даже когда кончается его вахта, не спешит в Москву, старые друзья его давно не понимают, а ему самому их проблемы уже кажутся «пластиковыми».

РПЦ, организовавшая нашу поездку, оплачивает работникам питание и дорогу, а власти Авдеевки дают стройматериалы, хотя нередко волонтеры докупают недостающее сами.

## КУХОННАЯ ТРОИЦА

Зову из Донецка напарницей по кухне подружку Юльку. Она однажды на 23 Февраля напекла бойцам 43 кг пиццы. Ее не испугать готовкой в промышленных масштабах.

- Мужикам будем варить только свежее. Не хватало, чтобы отошлели и ветром сдуло с крыши. Все делаем с любовью, - заявляет Юля, повязывая косынку. - Сегодня на обед - винегрет, борщ, котлеты с пюре, и я ставлю блины, - Юлька умеет быть убедительной, а я в ужасе думаю, сколько ж посуды доведется мыть. Мама дорогая!

К нам присоединяется и шебетуха Надя из Астрахани, она приехала сюда с мужем, услышав призыв о помощи Авдеевке.

## ДРУГ ПОЗНАЕТСЯ В ВОДЕ

Вода у нас с 14.00 до 22.00, и то слабой струйкой. Ни о какой горячей из крана и речи нет - ее мы греем на плите в огромных выварках. Я бесконечно опустошаю баклажки, чтобы вечером набрать снега. Баклаги кругом - в коридоре, на кухне, и это настоящее богатство.

Не успеваю покончить с тарелками, как напарницы несут жирные сковородки и кастрюли из-под каши. Но я не позволяю себе ныть и напеваю: «Хорошие девочки, заветные подружки!» Помощницы мне достались что надо - ловкие, все шутят и подкалывают друг друга.

Днем приехал москвич - маркетолог Леша, на смену в Авдеевку он уже не успел, заглянул на кухню и спросил, чем помочь. Я обвела рукой



Юлия АНДРИЕНКО/«КП» - Москва

**Приходилось учитывать, что некоторые наши строители держали строгий пост.**



Юлия АНДРИЕНКО/«КП» - Москва

# борщ!



Больше фото  
смотрите  
на нашем  
сайте



свое баклажечное царство: можешь набрать? Леша кивнул. Вечером глянула на его помощь и ахнула - все баклажки были набраны не до горлышка, будто Леша не маркетолог, а с пивзавода. Пришлось успокаивать себя поговорками: не имей сто рублей, а имей сто баклаг, друг познается в воде и моя вода - мое богатство.

## КОЛЛЕКТИВНАЯ ТОСЯ ИЗ «ДЕВЧАТ»

Днем возьмем обед нашим кровельщикам. Во мне просыпается коллективная Тося Кислицына из фильма «Девчата». У нас даже коробка, как у нее! Наливаем в армейские бабды борщ, отдельно - пюре с котлетами, в жестяной короб кладем хлеб, салфетки, чашки, ложки.

Делаем фото на память и на радостях... забываем короб на кухне.

Приезжаем в Авдеевку с горячим обедом, который некуда налить! Виновато смотрим на замерзших строителей. Выручает хозяйка, которой ребята ремонтируют крышу, выносит посуду и свежий кирпич хлеба. Мы спасены! Мужики дружно стучат ложками и просят добавки - лучшая музыка для «Тоси Кислицыной».

- Вы нас так вкусно кормите, что мы скоро как колобки покатаемся с крыш, - хохочут они.

Наши ребята работают сразу на пяти объектах. В приоритете дома, которые можно воскресить и где остались хозяева. Это определить легко по шуму генератора. В Авдеевке до сих пор нет воды, света, газа. Зато в старой части города есть колодцы.

- Дождались своих. Русских. А теперь они со всей России едут восстанавливать наши дома. И возвращенцев много! Даже из сытой Европы авдеевцы приезжают обратно, говорят: хоть в подвалах будем жить, лишь бы не в примаках, - местная жительница Татьяна просит ее не фотографировать - полно родных на Украине, не дай бог, увидит кто в соцсетях, родне придется несладко.

Есть тут и свой домовенок Кузя. Преподаватель истории одного из московских вузов Кузьма взял отпуск за свой счет и рванул в Донбасс, студентам пока ничего не говорил, хотя вот тут бы, на руинах Авдеевки, и обучать историю.

- Мне здесь нравится. Мест-

ные нас принимают как родных. Сегодня даже варениками с картошкой накормили, обедение, - по-детски улыбается он, отряхивая опилки с шапки, а я думаю, как же повезло его студентам.

## ЕСТЬ КРЫША - МОЖНО ЖЕНИТЬСЯ

Мы едем дальше развозить обед. Как вдруг наш водитель Дима резко тормозит «газельку» у одного дома.

- Обождите. Заскочу к хозяйке, мы ей крышу месяц назад делали, - просит он.

Что-то заставляет меня выскочить за ним и включить камеру на телефоне. Первой из ворот вырывается крупная овчарка - и я едва не падаю, а за ней спешит, распахнув объятия, Вера Васильевна. Обнимает нашего водителя.

когда не закончатся, как круговорот баклажек и кастрюль.

А волонтеры наши, будто семижильные, возвращаются, сходят в душ, поедят и еще концерты нам под гитару устраивают.

## НЕ ЖАЛУЮТСЯ, НЕ МАТЕРЯТСЯ

Удивительно, я спрашивала многих, тяжело ли им, ведь до этого мало кто был кровельщиком. И ни один не пожаловался. Все пожимали плечами: «Нормально». Хотя в наши сырые ветреные донбасские зимы целый день работать на верхотуре - то еще удовольствие. Слушаю разговоры кровельщиков поздним вечером.

- А тут еще обещают - метеорит прилетит, - замечает один.

- Только не в нашу крышу! Мы ее уже сдаем, - реагирует второй.

Еще одно удивление - за всю вахту я ни разу не услышала матерного слова. Даже когда мой коллега Денис ударил себя молотком по пальцу.

Нагрузки и сквозняки дали себя знать, и в середине вахты я заболела, но работу не бросила, ползая с рулоном бумажных полотенец. Наши строители, чтобы поддержать меня, привезли из Авдеевки тронутые морозцем цветы. И красивее букета я не получала в жизни.

На финальной планерке Антон объявляет, что завершён ремонт еще одной крыши. Каждую такую новость здесь встречают аплодисментами.

- Мне так хочется обнять вас всех на прощание, да вирус мешает, - сказала я им, - но хочу поблагодарить за каждый гвоздь, каждый лист шифера. Это для меня Авдеевка - родной город, вы же и не слышали о ней до СВО, но бросили все и приехали на помощь из разных уголков России.

Возвращаюсь в Москву и не могу поверить: мне уже не нужно набирать сотни литров воды в баклажки, у меня горячая вода в любое время суток! Странно, что вместо радости я почему-то ощущаю тихую грусть.

Но я еще вернусь, Авдеевка, ты слышишь?

Восстанавливать русскую Авдеевку приезжает народ со всей России.



Юлия АНДРИЕНКО/«КП» - Москва

- Это золотые ребята! На таких Россия и держится. Они мне и крышу починили, и отопление, жизнь стала прекрасна! - женщина вытирает слезы радости.

Вера Васильевна признается, что и личная жизнь у нее наладилась. Общие хлопоты познакомили с земляком, который тоже не покинул Авдеевку. Нас обещают пригласить на свадьбу.

- Мне тут местные, считай, родными стали. Завтра привезем Вере Васильевне стиральную машинку, раз мужчина появился, то и стирки стало больше, - рассуждает Дима. И на следующий день выполняет обещание, деньги на машинку выделил айтишник Юрий из тех, что собрали его коллеги для Донбасса.

Приезжаем обратно в детсад, и я становлюсь на чистку рыбы. Кажется, тушки хека ни-

## КАК СТАТЬ ОДНИМ ИЗ НИХ

Организаторы проекта будут рады добровольцам, решившим помочь людям в Авдеевке. Чтобы стать волонтером, нужно заполнить анкету <http://bit.ly/dobrieruki> или позвонить на горячую линию 8-800-70-70-222. Пожертвовать на церковную помощь пострадавшим в Донбассе можно на сайте [помочьвбеде.рф](http://помочьвбеде.рф).

Любимая газета страны

# КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА!

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК

ЧИТАЙТЕ  
В НОМЕРЕ!

Нагиев  
заработал  
на рекламе  
100 млн рублей

У кого из знаменитостей самые высокие гонорары

## Псы полка и батальонные кисты

В зоне СВО люди помогают животным, а животные - людям



## Все так и не так

Три истории о людях, оказавшихся в параллельной вселенной



А вас, Лукашин, я попрошу остаться!

Что думает искусственный интеллект о новогодних традициях

В ПРОДАЖЕ С 18 ДЕКАБРЯ

Андрей ЗОБОВ

Почему в России заблокировали один из самых популярных мессенджеров.

- Доступ к сервису ограничен в связи с нарушением требований российского законодательства, выполнение которых необходимо для предотвращения угроз использования мессенджера в террористических и экстремистских целях, вербовки граждан для их совершения, продажи наркотиков, а также в связи с размещением противоправной информации, - заявили в Роскомнадзоре.

Другими словами: мошенники разводили россиян (в основном пенсионеров) на деньги, а украинские спецслужбы вербовали для себя боевиков.

### ПОЧЕМУ НЕ РАБОТАЕТ

«Комсомолка» поговорила с экспертами и выяснила - ситуация была критической. Но это не значит, что наши службы очухались в последний момент: разработанный в Люксембурге Viber был несколько раз предупрежден - в 2023 году первый раз оштрафован на миллион рублей. Реакции не последовало. В 2024 году - еще на 800 тысяч. И снова российский закон для владельцев прило-

# Viber преткновения

## ЧТО НАРУШИЛ

- 1 Еще с 2017 года россияне начали жаловаться, что через Viber им присылают предложения о покупке наркотиков, а также инструкции, как их удобнее купить.
- 2 Летом 2022 года Viber так широко использовали для информационной войны и рассылки вредоносных программ, что властям ДНР и ЛНР даже пришлось ограничить его работу на своих территориях.
- 3 20 июня 2023 года Viber впервые оштрафован на 1 миллион рублей - мессенджер отказался удалить лживую информацию, касающуюся СВО.
- 4 13 марта 2024 года - второй штраф (800 тысяч рублей) за публикацию запрещенного контента.
- 5 Этим же летом мошенники научились подделывать с помощью мессенджера звонки из Сбербанка.
- 6 12 ноября 2024 года ГУР Украины запустило в Viber бот, который призвал сливать информацию в целях Киева.

жения оказался пустым звуком.

- Viber демонстрировал хроническую неспособность выполнять требования закона, что уже само по себе выглядит как стратегия конфликта, а не сотрудничества, - заявил в разговоре с «Комсомолкой» член Совета по правам человека Александр Малькевич. - Но основная проблема, что мессенджер не обеспечивает должного уровня контроля за безопасностью контента и пользователей. Отсутствие нормальной системы идентификации только подстегивает злоупотребления, включая распространение фейков, мо-

шенничество, и даже использование платформы в политических и военных целях.

Как итог: мессенджер стал излюбленным средством мошенников. Цифры говорят красноречивее слов:

- По некоторым оценкам, из-за мошенников в Viber россияне потеряли около 5 миллиардов рублей. Самое главное, что у Viber были удобные для этого функции - он позволял создавать фишинговые звонки и использовать свои ресурсы для звонков, которые выглядели для людей как звонки банков. И Viber никак не реагировал на обращение власти, не защищал пользо-

## ТОЛЬКО ЦИФРЫ

### Самые популярные мессенджеры в России



\*Принадлежит Meta, деятельность которой запрещена в России как экстремистская. Данные Mediascope на октябрь 2024 года.

чаще пользуются люди старше 40 лет, среди пользователей много пенсионеров.

Этим с удовольствием пользовались не только аферисты, но и украинские силовики. Они рассылали впечатлительным старикам фейковые сообщения о ситуации в зоне СВО, угрозы, которые настоящему пугали людей.

- Если мы в целом рассмотрим, какой именно запрещенной информации было больше всего в Viber, то на первом месте находится распространение фейков о Российской Федерации. На втором месте - информация, связанная с пропагандой и призывом к массовым беспорядкам. И на третьем - призывы к экстремистской деятельности, - объясняет Сидоренко.

Вот власти и решили ограничить мессенджер.

- Во-первых, считаю, что это будет не лишним знаком для других мессенджеров: если они работают в России, они должны соблюдать наши законы. Во-вторых, Россия далеко не первая пошла на такой шаг. Мы изучали позиции европейских стран в отношении других мессенджеров. Там блокировали гораздо за меньшее, - говорит эксперт.

И не только блокировали, но и начинали уголовное расследование в отношении основателей платформы, как это случилось с Павлом Дуровым.

вателей, не хотел идти на сотрудничество, - рассказала директор некоммерческой организации «Белый Интернет», член СПЧ и профессор МГИМО Элина Сидоренко.

### КТО ПОЛЬЗОВАЛСЯ

По данным Mindbox, в России платформа наиболее распространена в Восточной Сибири. В других регионах им

## О ЧЕМ ПИСАЛА «КОМСОМОЛКА» В ЭТОТ ДЕНЬ

17 декабря

# Молодость моя - Белоруссия

В следующем году «Комсомольской правде» - 100 лет! Вспоминаем публикации «КП» в разные годы.

1933



Газета выходит под шапкой «ГАРАЧАЕ ПРЫВІТАНЬНЕ КОМСАМОЛУ СОВЕЦКАЙ БЕЛАРУСІ!»

Горячий привет белорусскому комсомолу - в честь его пятнадцатилетия.

Несмотря на обилие официоза, номер получился очень ярким.

Чудесные девушки улыбаются читателям со второй полосы:

«Комсомолка-ударница завода «Большевик» МАКСИМОВА».

«Комсомолка Зося ВАРЕНЬНИК, лучшая свинарка колхоза «Коминтерн».

Третья страница отдана творчеству белорусских поэтов и прозаиков.

На главных фото - места, и сегодня знакомые всем, кто бывал в столице братской страны:

«На фотографии - ДОМ ПРАВИТЕЛЬСТВА, построенный на месте целого квартала жалких деревянных домишек. Здесь расположены правительственные учрежде-



ния Белорусской республики, наркоматы и тресты».

На другом снимке - памятник Ленину в Минске скульптора Матвея Манизера (того самого, чьи скульптуры мы видим в московском метро на станции «Площадь Революции»). Он был установлен 7 ноября 1933 года перед Домом правительства. Судьба монумента трагическая. В 1941 году фашисты, оккупировавшие советскую Белоруссию, бронзового Ленина распилили и отправили в Германию - на переплавку. Памятник восста-

новили в мае 1945-го. И он благополучно дожил до наших дней.

Ну а слова приветственной телеграммы от секретаря ЦК ВЛКСМ Александра Косарева - «Крепите социалистическое хозяйство и оборону Советской Белоруссии, западного форпоста СССР - несокрушимой крепости социализма» - можно с небольшими изменениями повторить и сегодня. На западных рубежах неизменно - наш верный сосед по Союзному государству - Республика Беларусь.



Все выпуски рубрики «О чем писала «Комсомолка» в этот день» - на сайте KP.RU



Ведущие рубрики Татьяна АДАБАШ, Елена ПОПОВА.

# «Инициатива»: учение с увлечением

Алиса ВВЕДЕНСКАЯ  
(«КП» - Томск)

Межмуниципальный центр (ММЦ) по работе с одаренными и высокомотивированными детьми Зональной СОШ подводит итоги 2024 года.

Успехи талантливых детей во многом зависят от тех, кто ведет их к победным вершинам. Педагоги ММЦ «Инициатива» - профессионалы высокого уровня, которые стремятся к постоянному творческому росту, повышают квалификацию, идут в ногу с современными методиками и технологиями преподавания, воспитания. Школа является стажировочной и инновационной площадкой ТГПУ, РЦРО, ТОИПКРО, опорной школой ТПУ. На ее базе открыт центр естественно-научного и технологического образования «Точка роста». Созданы условия - есть впечатляющие результаты, о которых мы сейчас расскажем.

## «НАШИ ДЕТИ - ЭТО НАША ГОРДОСТЬ!»

- 2024 год подарил обучающимся в «Инициативе» ребятам немало интересных событий и принес много ярких побед. Достаточно упомянуть мероприятия всероссийского масштаба, среди которых конкурс «Большая переменка», олимпиада школьников, ОРМО, олимпиада имени М. Келдыша. Не менее важными по значимости стали межмуниципальные конкурсы, в частности историко-географический фестиваль-конкурс «Открытие Сибири», конкурс ораторского искусства «Слово о главном» (оба они проводились в третий раз), а также муниципальная образовательная программа «Дебаты». Вот далеко не полный перечень интеллектуальных состязаний, в которых отлично проявили свои способности наши ученики, - поделилась **Ольга Обоянцева, кандидат педагогических наук, директор МАОУ «Зональная СОШ».**



В 2024 году ученики Зональной СОШ приняли участие в олимпиадах, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, и стали призерами.

По словам Ольги Владимировны, основными участниками мероприятий ММЦ «Инициатива» в 2024 году стали учащиеся 12 образовательных организаций: СОШ «Интеграция», пожарно-спасательного лицея, Зональной, Кисловской, Рыболовской, Итатской, Кафтанчиковской, Копыловской, Моряковской, Новоархангельской, Поросинской СОШ, лицея имени И. В. Авдзейко. Талантливые учащиеся из Томского района в очередной раз подтвердили своими знаниями и эрудицией высокий уровень подготовки в сельских школах.

Так, например, **Всеволод Курепко** (СОШ «Интеграция») стал призером Всероссийской олимпиады имени М. Келдыша. **Арина Коновалова** и **Алина Минигулова** из Зональной СОШ завоевали призовые места в престижной олимпиаде РАНХиГС по английскому языку, что дало им возможность получить дополнительные баллы для поступления в вузы.

5 из 8 участников национальной технологической олимпиады вошли в число победителей и призеров: **Артем Пучков** и **Руслан Кулябко** (Зональная СОШ), **Мирослав Маросанов** (Зоркальцевская СОШ), **Иван Удалов** (Кисловская СОШ), **Роман Муза** (Кафтанчиковская СОШ). **Ольга Долганова** из Зональной СОШ получила диплом лауреата II степени конкурса «Большая переменка». Результаты ребят заслуживают искренней гордости.

## КАК ШКОЛЬНЫЙ ПРОЕКТ НА РОССИЙСКИЙ УРОВЕНЬ ВЫШЕЛ

- Значимых образовательных событий в уходящем году действительно было немало, - отметила **Елена Кениг, педагог, координатор ММЦ «Инициатива».** - Совместно с томским региональным центром развития талантов «ПУЛЬСАР» была проведена I Муниципальная многопредметная олимпиада «Поверь в себя» для обучающихся 2 - 11-х классов, в которой приняли участие 300 школьников Томского района. 42 победителя и призера были награждены ценными подарками и дипломами. С 30 сентября по 6 октября около 40 школьников 8 - 11-х классов посетили лекции, семинары, тренинги по решению олимпиадных задач и пробной олимпиаде, а также практикумы и полевые исследования. Ученики Зональной СОШ **Ася Дробот** и **Ян Ганиев** по итогам олимпиады смогут теперь принять участие в высокорейтинговых мероприятиях, включенных в перечни Минпросвещения России. Это существенное достижение.

Елена Александровна добавила, что одиннадцатиклассники также традиционно показывают незаурядные способности, участвуя в конкурсах, олимпиадах, форумах различного уровня. Например, 27 октября прошедшего года **Варвара Бакланова**, выпускница 2024 года Зональной СОШ, успешно



Выпускница школы Варвара Бакланова со своим проектом вошла в число 60 номинантов престижной российской премии.

выступила на научной конференции в НИ ТГУ, защищая свой школьный проект (руководитель - **Инна Сергеевна Негодина, учитель географии, руководитель центра «Точка роста».**) А 28 октября 2024 года в Москве в КЦ «Зарядье» министр образования и науки России **Валерий Фальков** поздравлял финалистов и лауреатов X Всероссийской премии «За верность науке», где проект, подготовленный Варварой Баклановой («ВВЕРХФЕСТ-2023»), вошел в шорт-лист в номинации «Специальный приз имени Христофора Леденцова за популяризацию космической отрасли». Он стал единственным в уходящем году проектом от научно-образовательного комплекса Томской области, который вошел в число 60 номинантов премии и стал составной частью большой комплексной разработки.

- Ровно год прошел от защиты школьного проекта до статуса финалиста самой престижной премии в сфере популяризации науки в России! Поздравляем нашу победительницу! - не скрывают искренней радости за школу и свою ученицу педагоги.

- Ребята приняли участие в серьезных олимпиадах, рекомендуемых Министерством просвещения РФ. Стать участниками и тем более призерами таких значимых образовательных событий непросто. Выражаем нашим талантливым детям свое восхищение, желаем дальнейшего перспективного развития, - сказала в заключение **Ольга Обоянцева.** - Пусть успех будет их неизменным спутником в работе, в творческих и научных изысканиях и в жизни!

## ДОБРЫЕ ДЕЛА

Анна КОВАЛЕВА  
(«КП» - Томск)

«Комсомолка» узнала, о каких подарках к Новому году мечтают томики с ОВЗ, и предложила своим читателям помочь.

Под Новый год мы все очень ждем чуда. О мечтах людей с ограниченными возможностями здоровья «КП» - Томск» рассказали в местном отделении Всероссийского общества инвалидов.

У юного жителя Томска **Никиты Ким** серьезный диагноз, все средства семьи уходят на

## Поработать волшебником

реабилитацию. А мальчишка обожает динозавров и мечтает получить такую игрушку к Новому году. «Только чтобы рычал», - уточняет он.

17-летний **Александр Гуров** увлекается рисованием и головоломками - любит составлять картины из фрагментов. Пазлы и качественные карандаши - заветные желания Саши на Новый год.

51-летний томич **Вячеслав Васильев** передвигается на инвалидной коляске - остался без

обеих ног. Он мечтает о новом спортивном костюме.

А у 60-летнего жителя села Первомайское **Андрея Плиско** и его односельчанки 72-летней **Галины Зверевой** желания одинаковые. Зимой в домах инвалидов прохладно, им необходимы хорошие теплые одеяла.

Сразу два томича мечтают получить на Новый год подарочные сертификаты в книжный магазин. Оба - 22-летний **Клим Колосов** и 26-летний **Александр Игнатов** - обожают

читать. К тому же Александр еще и коллекционирует печатные издания. Парням с нарушением когнитивных функций чтение помогает познавать мир.

Клавиатура для компьютера, поездка в новосибирский театр, акриловые краски, профессиональный дартс, нитки для шитья, конструктор, набор для алмазной вышивки - это мечты других подопечных Всероссийского общества инвалидов.

Есть и нематериальные желания. Например, 16-летний **Игорь** с тяжелыми нарушениями речи очень хочет встретиться с губернатором Томской области в здании администрации. 12-летний **Тимур** мечтает попасть в кабину машиниста.

Стать волшебником для кого-то из героев этой публикации может любой желающий. Чтобы исполнить мечту подопечного ВОИ, можно обратиться в эту некоммерческую организацию или направить пожертвования через официальный сайт общества.

# «Я маму простил. Ты отпусти ее домой»

Ольга АДЛЕР  
(«КП» - Красноярск)

В Красноярском крае завершено расследование громкого дела Светланы Кореновой\*, многодетной матери, заставившей выпить «Азелит» 11-летнего сына.

Материалы переданы в суд. За покушение на убийство ребенка женщине может грозить до 15 лет.

## СЧИТАЛИ ХОРОШЕЙ

Все страслось в поселке Камарчага Манского района 13 июля 2024 года. В то роковое утро 34-летняя мать явилась домой пьяной после ночного застолья.

- Свету мы знаем с малолетства, - говорят местные. - После школы она поступила в колледж, но сошлась с Максимом, учебу бросила. Не до того - пошли детки. Баба хваткая, хозяйственная, весь дом на ней. А тут - такое сотворить с дитем...

- Света - хозяйка хорошая, мать тоже. Детей при мне не обижала. Ну, могла выпить раз в полмесяца, и что? - недоумевает Максим.

## А БЫЛ ЕЩЕ СЛУЧАЙ

### Полиция остановила

67-летняя жительница Красноярска заказала убийство дочери и сына. Сделать это она планировала, чтобы прибрать к рукам недвижимость. За помощью обратилась к соседу, а тот - в полицию. В своем поступке пенсионерка не раскаялась даже в суде. «Если бы не полиция, я бы пошла на убийство», - заявила она. За покушение суд приговорил ее к 6 годам лишения свободы.

## 11 ЛИТРОВ НА ДВУХ ДАМ

Утром 12 июля, накануне чудовищного происшествия, муж уехал в Красноярск. Максим работает посменно, вернуться должен был назавтра после 11 часов.

Старшие сыновья гостили у бабушки. Ленька и его младшая сестренка, 9-летняя Настя, были дома, с матерью. Вечером Коренева решила развлекаться, созвонилась с подругой Яной (сестрой Максима). Поболтали и решили: надо посидеть, отдохнуть.

Часов в 10 Ленька с Настей улеглись спать. В няньки к ним отправили 14-летнюю дочь Яны Олю, а Светлана отправилась к подруге. Ночные посиделки затянулись до утра. На двоих осилили десять литров пива и литр самогона. Утром, перед приездом мужа, Светлана заторопилась домой.

## НА АВТОПИЛОТЕ

В дом зашла примерно в половину одиннадцатого. Еще не протрезвела, голова гудит. Дальше - со слов

Светланы, именно так на первых допросах она описывала случившееся.

Дети уже проснулись и хотели есть. Коренева отравила девочек за пиццей и газировкой. А сама осталась один на один с сыном. Тот мигом понял, мать «на автопилоте», еле держится на ногах. Поймал ее за руку, возмутился: «Овца, опять напилась!» От упреков сына



Тот самый «Азелит».

СК по Красноярскому краю

Светлана вскипела. С силой оттолкнула ребенка, схватила первое, что подвернулось, тяжелую кочергу, и шарахнула...

От удара Ленька опустился на корточки. Прикрыл голову руками, проговорил: «Лучше бы тебя не было, мама. Лучше бы ты исчезла!»

Слова сына и вовсе довели ее до белого каления. Озверевшая домохозяйка шагнула к раковине. Увидела под ней средство для чистки плит «Азелит» - плеснула полную кружку: «На, пей!» Перечить Ленька не стал. Пара секунд - и залпом опрокинул содержимое.

- Просто хотела, чтобы он замолчал, - клялась Светлана. - Не верила, что будет глотать.

- Но я выпил - ей назло, - признается потом Ленька.

Что было в той кружке, прекрасно знали оба. Не зря же Коренева никогда не чистила плиту голыми руками. Всякий раз пользовалась резиновыми перчатками, чтобы не повредить кожу. А здесь...

## ОТПРАВИЛАСЬ СПАТЬ

Самое поразительное: мать не сделала ничего, чтобы помочь ребенку. После «Азелита» его сразу же стало тошнить. Леньку буквально полоскало, давился кашлем. После, обессиленный, прилег на раскладушку, а мать спокойно отправилась спать.

Мальчишку спасло одно: отец приехал без задержки. Поняв, что с ребенком беда, позвонил 112:

- Это было в 11.31. Врачей ждал около часа. Сыну было совсем плохо. Проснулась жена, пьяная. Я заматерился: «Зачем Леньке голову разбила?» Она обиделась, ушла спать.

## НЕ ВИНОВАТА Я

13 июля в 12.45 Леньку привезли в Манскую районную больницу. Состояние крайне тяжелое, счет идет на минуты, заключили врачи.

Сказать, что именно он выпил, мальчик не мог - пропал голос. Медикам пришлось перечислять средства бытовой химии, чтобы выяснить, чем он отравился. От этого зависела тактика лечения, а значит, жизнь. Услышав слово «Азелит», Ленька кивнул...

Вскоре из районной больницы ребенка доставили в Красноярск, в 20-ю. Там он провел почти два месяца. Перенес не одну операцию. Что пережил, трудно даже представить. Но врачи сделали невозможное: спасли и вернули ему голос. В начале сентября Ленька заговорил. Теперь он мог раскрыть, как все было.

Ведь каяться на допросах Светлана перестала и отказалась от первоначальных показаний. Теперь она уверяет: кочергой по голове никого не била. В ярости хотела ударить ею о стену, а тут подвернулся ребенок. «Азелит» давала, но, дескать, не сомневалась: пить сын не будет. А получилось иначе.

## ДЕТИ ВСЕ РАВНО СКУЧАЮТ

Как выяснилось, на первых допросах Светлана все-таки сказала правду - удар кочергой был неслучайным. И отраву Ленька выпил не сам, а по приказу матери. Только вспоминать об этом ребенку было очень тяжело. Говорил сквозь слезы. А потом признался следователю:

- Я маму простил. Ты отпусти, пожалуйста, ее домой. Я по ней соскучился. Пусть приезжает!

Во время следствия Светлана просилась под домашний арест. Обещала, что готова пойти к наркологу, пролечиться. Но суд отказал, отправил в СИЗО. К тому же алкогольной зависимости у Светланы не выявили. Также не обнаружили никаких нарушений. В момент расправы она была пьяной, и только. А теперь может сесть на 15 лет. Это максимальное наказание за покушение на убийство несовершеннолетнего.

\*Персональные данные изменены.

## ■ ДРАМА

# Убил жену на глазах у детей

Татьяна СОЛОВОВА  
(«КП» - Новосибирск)

Инвалид жестоко расправился с женщиной за то, что та от него ушла.

Трагедия произошла в селе Ярково под Новосибирском. Егор\* познакомился с Розой 12 лет назад. Они встретились на вокзале, где женщина работала кассиршей. У Розы тогда было двое сыновей от предыдущего брака, но мужчину это не смутило. А она не обращала внимания на его недостаток - еще в детстве Егор лишился ноги.

- Они стали жить вместе, родили троих общих детей - дочку и двух сыновей. Завели

большое хозяйство, вот только управлялась с ним сама сестра и дети: она баранов пасла, старшие сыновья дрова рубили. Но на жизнь Роза никогда не жаловалась - наоборот, заступалась за Егора, если кто-то его ругал за то, что он просто лежит дома. Она его жалела, защищала: «Что вы хотите, он инвалид», - вспоминает Руслан, брат Розы.

Летом 2023 года все изменилось: Егор внезапно купил в селе в 60 километрах от Омска маленький дом и перевез семью туда. Роза сначала не признавалась родственникам, насколько тяжело ей дался переезд, но спустя полгода вернулась с детьми в родную деревню Ярково.

- Егор приехал к Розе, но на две недели: не захотел колоть дрова, чтобы топить печь. И потом еще пару раз навещался, но Роза никуда уезжать из Ярково не хотела, - вспоминает Руслан.

В апреле 2024 года Егор приехал снова уговаривать 37-летнюю жену вернуться: оделся словно на первое свидание, привез подарок... И во дворе набросился на нее с ножом на глазах у детей, которые были дома. Полицейские нашли Егора у реки: там он пытался покончить с собой. Теперь ему предстоит ответить за убийство жены:

- Егора признали вменяемым, - рассказал Руслан. - Он



Личный архив семьи

понимал, что творил с собственной женой!

Теперь инвалиду грозит до 15 лет лишения свободы. Дети Розы пока находятся под опекой тети.

\*Имена участников истории изменены

# «Говорила, что у нее после молитвы кость отросла»

Анна ПАШАГИНА  
(«КП» - Новосибирск)

Новосибирец отсудил сына у бывшей жены, обвинив ее в увлечении эзотерикой.

В Новосибирске суд оставил 6-летнего мальчика с отцом. Причину, почему мужчина добивался, чтобы сын жил с ним, он назвал в исковом заявлении: «Считаю, что бывшая жена будет препятствовать восстановлению здоровья ребенка методами традиционной медицины, так как увлекается и верит, что она справилась с проблемами в своем здоровье с помощью Бога». Корреспонденты «КП» - Новосибирск» дали высказаться обеим сторонам конфликта.

## УЗНАЛ, ЧТО ИЗМЕНЯЕТ

Михаил\* и Мария\* познакомились в 2017 году: тогда девушке было 17 лет. Михаил - на пять лет старше. Отношения развивались стремительно: через год пара расписались, у них родился сын.

- В детстве Маша качалась на качелях, и они ее сильно ударили. После этого у нее появились проблемы с ногой, и в 15 лет была первая операция. Когда сыну было три месяца, она снова улетела на операцию, - рассказал Михаил, отец ребенка. - В то время как раз начался ковид, и мы с сыном уехали жить за город.

Как говорит мужчина, раньше его супруга посещала протестантскую церковь. Да и дома нет-нет да и «уподала на Бога».

- Она всегда говорила, что там все виднее и жизнь идет, как Богу угодно. Даже в последствиях любых поступков у нее был виноват кто-то, но не она сама. Я не обращал на это внимания. На нашей жизни это никак не отражалось, - говорит новосибирец. - А потом я узнал, что Маша мне изменяет. И уже после развода мне отправили видео, как она рассказывает, что якобы у нее после молитв поврежденная кость на ноге на 3,5 сантиметра отросла.

- Мне стало плохо, потому что я хотела участвовать в служениях, а из-за этого не могла. Я просила, чтобы за меня помолвились. И я получила



Мальчик отца любит, но и маму не меньше.

Предоставлено Михаилом

исцеление, моя нога выросла и стала такой же длинной, как и вторая. Произошло чудо! - рассказывает девушка в ролике.

## РЕБЕНОК ПРИВЯЗАН К ОБОИМ РОДИТЕЛЯМ

Михаил сам занялся воспитанием сына. По его словам, мама в жизни ребенка появилась спустя 1,5 года.

- Маша брала сына к себе, я не препятствовал, потому что она его мама. Маша жизнь свою наладила, замуж вышла. Но в 2023 году она забрала сына из садика и не вернула. Тогда я пошел в суд, чтобы решить, с кем будет жить ребенок, - говорит Михаил.

Обоих родителей и ребенка отправили на психолого-психиатрическую экспертизу. Согласно результатам, мальчик одинаково привязан к обоим родителям и воспринимает их как единую семью.

Марии во время экспертизы задавались вопросы про ее участие в видео. Она все отрицала и говорила, что нигде не снималась.

Суд ознакомился с экспертизой, оценил подходы к воспитанию ребенка, поведение родителей и постановил оставить мальчика с отцом.

Также женщина должна выплачивать сыну алименты.

## ДРУГАЯ СТОРОНА

До вступления решения суда в законную силу сын живет у Марии.

- Когда началась пандемия, у бывшего мужа началась депрессия. Он забрал сына в деревню к родным, строил там для матери дом, а я осталась работать. Мы всегда виделись, то они в город приезжали, то я к ним. Однако в январе 2023 года мы с бывшим мужем расстались, и сын жил со мной. Никто не препятствовал общению. Сын жил то у меня, то у Михаила, - рассказала Мария. - А когда я вышла замуж, Миша стал говорить, что не отдаст мне ребенка. С горем пополам забирала его в отпуск с собой. В августе 2023 года мы с сыном вернулись из Сочи, и он сказал, что не хочет к папе, остался у меня. После я забрала документы из детского сада и перевела его в другой, потому что старый находился далеко от нашего дома. После этого меня обвинили в краже сына. Как я могла его похитить? Я же мама его!

По словам Марии, бывший муж подал иск об определении места жительства ребенка после того, как женщина снова забеременела. Возможно, из-за ревности. По словам Марии, после того, как сын стал ходить в новый садик, ему специально купили телефон для связи с папой. Однако приезжал и звонил Михаил редко.

В разговоре с «КП» девушка призналась, что на видеоролике, который фигурировал в экспертизе, действительно она, но то дела давно минувших дней.

- Когда мне было 11 лет, я ходила в протестантскую церковь. Меня туда позвала знакомая. Сказала, что там проходят молодежные служения. Мне нравилось общаться со сверстниками. Я туда год проходила, и все, больше не посещала. Про ногу я придумала, хотела засветиться в интернете. Я не знала, что видео до сих пор есть в соцсетях. Ногу мне потом уже в клинике долечили, я лежала там несколько раз.

Мария планирует подавать апелляцию, чтобы сын остался с ней.

\*Имена героев изменены

## ШОК!

### Дети в Сети

Вячеслав КУИМОВ  
(«КП» - Красноярск)

Родители учеников красноярской средней школы № 159 - самой большой за Уралом - пожаловались на чат своих же детей.

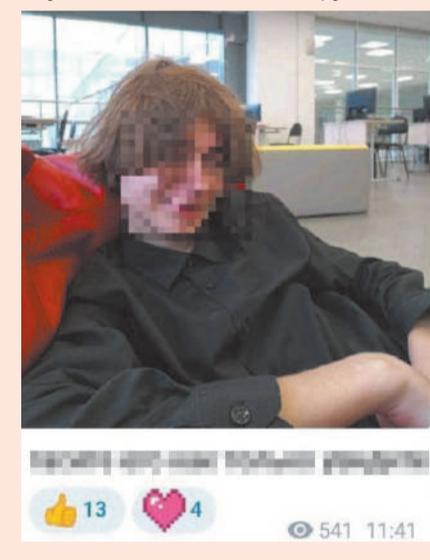
Как рассказал директор «Межрегионального центра по делам детей» Павел Пугачев о соцсети, в ней подростки продают вейпы и публикуют ориентировки для травли.

«Мы получили доступ к этому чату, хотя краевое министерство образования почему-то не смогло. Там очень много чего интересного - подростки публикуют не только фотографии тех, кого нужно «гасить при первом появлении», но и фото использованных презервативов», - сообщил глава центра.

На жалобы в администрации учебного учреждения родителям ответили, что «они перекалывают ответственность за поведение своих детей на школу». Также горожанам якобы пригрозили «привлечением к ответственности».

Также Пугачев опубликовал видео, где девочки-подростки курят вейп, находясь, судя по всему, в школьном туалете. Кроме того, он выложил в своем телеграм-канале несколько скриншотов чата учеников. Так, под фотографией с презервативом подростками оставлена подпись: «Норм для шестого класса?»

Глава центра уже попросил организовать соответствующие проверки прокуратуры, МВД и регионального министерства образования. В ведомствах ситуацию пока не комментируют.



Скриншот школьного чата со страницы Павла Пугачева «ВКонтакте»

## ПРОИСШЕСТВИЕ

### Ощущала беду, еще когда собирала сумки



Анна КОВАЛЕВА  
(«КП» - Томск)

Томичка рассказала, как предчувствовала поломку самолета перед своим свадебным путешествием.

Утром 2 декабря борт, следовавший из Томска в Пхукет, совершил экстренную посадку в Новосибирске. Одна из пассажирок, томичка Ольга П., рассказала «Комсомолке», что предчув-

ствовала неприятность заранее. Хотя, казалось бы, настроение должно было быть приподнятым: летела в свадебное путешествие в тропический рай.

- Тревога была еще за несколько дней до поездки, когда я собирала дома сумки. Как-то ощущалось, что что-то произойдет. Думаю, у всех бывает в жизни необъяснимое предчувствие, которое потом сбывается, - делится путешественница.

Ольга решила не придавать этому значения. Спокойно зашла в самолет, уснула, но вскоре ее

разбудил голос пилота. Он объявил о технической неисправности и необходимости экстренной посадки. Самолет развернулся на Новосибирск, в районе которого он будет кружить порядка 2 с половиной часов, чтобы выработать топливо и приземлиться.

По словам томички, никакой другой информации пассажирам не дали, но паники на борту не было. Женщина внутренне тревожилась, так как помнила о своем недавнем предчувствии.

- У меня мысли промелькнули: раз сказали, что будем сли-

вать топливо, значит, можем и не сесть нормально. Но потом я успокоилась. Верила, что мы без проблем и долетим, и сядем, и все равно состоится наше свадебное путешествие, - рассказывает Ольга.

В итоге самолет благополучно приземлился на резервный аэродром в Толмачево. В аэропорту пассажирам проблемного лайнера объявили, что скоро всех развезут по отелям и накормят - томичей отправят в Таиланд другим самолетом в 22:50.

- В гостиницу нас привезли в

11:20. И тут еще один неприятный сюрприз: на стойке регистрации сотрудница объявила, что в номерах частично нет электричества. Так что еще и без света посидели, его дали где-то в 14 часов. А в 15:00 нас в первый раз за этот день покормили. К слову, это было единственное предоставленное нам в течение дня угощение. Хорошо, что с собой брали бутерброд, - рассказывает Ольга.

Вечером томских пассажиров привезли в аэропорт. Второй борт успешно доставил их до Пхукета.

Как подготовиться к Новому году и избежать лишних трат.

# Больше делать своими руками и меньше покупать ненужного

Окончание.  
Начало < на стр. 1

## НЕМНОГО О ТРАТАХ И ЦЕНАХ

Как показал проведенный в телеграм-канале «КП» - Красноярск» опрос, 23% жителей краевого центра планируют потратить на празднование Нового года сумму до 10 тысяч рублей, 15% ограничатся покупками в пределах 15 тысяч рублей. Только 7% участников опроса имеют возможность выложить на празднование Нового года до 30 тысяч рублей, 3% - до 50 тысяч. Конечно, такой срез общественного мнения не претендует на научное исследование, но показывает тенденцию к экономии.

Те, кого не устраивают ценники в магазинах, ищут приемлемые предложения на сайтах объявлений. По информации Авито, на платформе в Красноярске стоимость отдельных категорий новогодних товаров в ноябре 2024 года стала ниже, чем год назад. К примеру, купить елочные игрушки можно было на 27% дешевле, чем в 2023 году: в среднем за 540 рублей. Цена детских игрушек, которые часто покупают в качестве презентов, не изменилась: средняя стоимость набора - 1950 рублей. Подарочный набор косметики подешевел на 21%: его можно приобрести примерно за 900 рублей. За поделку с изображением змеи - символа 2025 года, в среднем просят 1700 рублей. Также красноярцы активно ищут елки: стоимость натуральных начинается от одной тысячи рублей, искусственных - от 3325 рублей.

## ТВОРЧЕСКИЙ ПРАЗДНИК С ФОТОЕЛКОЙ И ЭКОИГРУШКАМИ

Но елку можно сделать своими руками, а еще открыть дома «мастерскую Деда Мороза»: смастерить всей семьей елочные игрушки из подручных материалов.

Это новогодняя традиция в семье **Ольги Сполевис**. Ольга - многодетная мама и бабушка двоих внуков.

Например, в ход идут пластиковые бутылки. Из них можно сотворить все, а материалов и навыков потребуется минимум. Из пластиковых бутылочных пробок получают милые экоигрушки в виде снеговиков и веток падубы. Жизненный опыт помогает



Ольге встречать Новый год весело и без космических трат на праздничный стол:

- Мы собираемся за праздничным столом с близкими людьми. Каждая семья приносит один-два салата, заранее распределяем, кто покупает фрукты и мясное. А горячее готовим вместе. В складчину получается не так накладно, и совместная подготовка к торжеству объединяет.

## ПРАЗДНОВАНИЕ В СТИЛЕ РЕТРО

- Праздничное настроение не купишь ни за какие деньги, но можно создать его своими руками, - уверена **актриса железногорского театра кукол «Золотой ключик» Кристина Гиренко**.

Новый год - один из ее любимых праздников. Она придает ему ностальгические нотки елочными игрушками прошлых лет, интерьерными украшениями в стиле СССР и блюдами по маминым и бабушкиным рецептам. Получается не только незабываемо, но еще и бюджетно.

- Гирлянды в стиле ретро, тканевые флажки и другие атрибуты времен СССР можно найти на маркетплейсах по цене от 100 рублей, - говорит Кристина. - Но их легко можно сделать самим, а заодно «переработать» ненужные журналы или старую одежду. Еще можно купить самозатвердевающую глину (она стоит приблизительно 150-200 рублей) и слепить украшения: подсвечник или звездочки-елочки, из которых можно собрать настенную гирлянду.

Вкусные новогодние блюда - обязательно дорогие и сложные. Один раз в году, перед новогодней ночью, Кристина делает «Муравейник» по советскому рецепту:

- Для теста я беру примерно 400 граммов муки, 150 миллилитров сметаны, 100 граммов сахара, чайную ложку гашеной соды или современный разрыхлитель и одну щепотку соли. Масло соединяю с сахаром и солью, затем добавляю сметану,

еще раз перемешиваю, и только тогда добавляю просеянную муку и разрыхлитель. Замешиваю тесто.

По ощущениям, оно должно рассыпаться в руках. Тесто нужно на час убрать в холодильник и затем измельчить с помощью терки в застеленную пергаментом форму. Выпекаю получившуюся массу в духовке около 20 минут при температуре 180 градусов. Получившуюся песочную крошку измельчаю руками и смешиваю с кремом: банкой вареной сгущенки, соединенной с 200 граммами сливочного масла. Осталось выложить десерт на блюдо в виде муравьиной горки. Можно полить его растопленным шоколадом.

## АКЦЕНТ - НА ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ПОДАРКИ!

Дарить деньги на Новый год - плохая идея, как и скупать на распродажах первые попавшиеся сувениры для презентов. Так считает **менеджер Ульяна Прокофьева** и советует подойти к подаркам творчески:

- На Новый год я всегда стараюсь сделать что-то своими руками. Так как у меня много друзей и родственников, экономность - мой главный приоритет. Но хочется, чтобы презент был с душой. В этом году я сделала новогодние шары с фотографиями близких. Подарю каждому в красивом пакете. Себестоимость такого подарка - около 100 рублей, включая заготовку разъемного прозрачно-



## НА ЗАМЕТКУ

Как встретить Новый год экологично и экономично, разобрала по пунктам **управляющая экоцентром «Круговорот» Алена Пабст**.

По статистике, почти 30% россиян регулярно получают ненужные подарки, которые в конце концов попадают на свалку. Алена советует не дарить ненужного:

- 🗑️ составьте список желаний для близких людей и попросите их сделать то же самое;
- 🗑️ сыграйте в «Тайного Санту» с коллегами и друзьями, чтобы каждый из участников получил один хороший подарок;
- 🗑️ если не знаете, что подарить, остановитесь на чем-то малоотходном: меде, чае, вине, сладостях;
- 🗑️ дарите подарки без упаковки, используйте подарочные пакеты повторно.

По разным данным, пищевые отходы составляют от 40 до 80% нашего мусорного ведра. В новогодние праздники количество выброшенных продуктов зашкаливает, поэтому:

- 🗑️ постарайтесь рассчитать, сколько вы реально съедите, и не покупайте лишнего;
- 🗑️ не выбрасывайте хорошие продукты: отдайте соседям, заморозьте;
- 🗑️ выбирайте продукты с минимальным количеством упаковки и используйте свою тару.

Сэкономить можно и на нарядах:

- 🗑️ используйте ту одежду, которая у вас уже есть;
- 🗑️ арендуйте наряд, возьмите напрокат;
- 🗑️ купите б/у одежду;
- 🗑️ приобретите то, что будете носить и после праздника.

го шара и распечатку фото. А радовать этот сувенир будет много лет! Картины с отпечатками рук ребенка - еще одна идея трогательного презента.

Новогодний стол для Ульяны - это мандарины и только любимые блюда вроде яблочного штруделя с корицей, собственноручно засоленной форели и фаршированных блинов:

- Все необходимое для блинчиков обычно есть дома, поэтому стоимость получается небольшой. Я начинаю их творожным сыром, листочками салата, огурцом и форелью. Можно заменить ее другой рыбой или вообще изменить начинку на свой вкус.

**Татьяна ЗЫКОВА**  
(«КП» - Красноярск)  
Фото предоставлены героинями публикации.

## МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА

### ГЛАВНОЕ - НАСТРОЕНИЕ И ЭМОЦИИ

Но не несет ли разумная экономия негативных психологических последствий для детей и взрослых? Вот что думает об этом **психолог и мама троих детей Анастасия Ширяева**:  
- Новый год - семейный праздник. Важно, не в какой чек он обходится, а то, как мы готовимся к нему: с какими чувствами, эмоциями, настроением. И деньги тут совсем ни при чем. Важно то, что мы создаем совместно с близкими, а не сколько потратили на празднование. Вариантов новогодних поделок для украшения дома - огромное количество. Сделанные своими руками вещи сегодня в моде, они стильно и красиво смотрятся. А совместные усилия объединяет семью и помогают создать праздничное настроение.

## Объявление

**ОАО «РЖД»** проводит аукцион № 24/6071/П/А/Э/В-СИБ на право заключения договора купли-продажи объекта: «Подъездной № 13а», протяженностью 689 м, кадастровый номер 03:22:010801:431, расположенный по адресу: Российская Федерация, Республика Бурятия, муниципальный район Селенгинский, тер. Загустай поселок.  
**Телефоны для связи в Иркутске:**  
**8 (3952) 64-43-38, 64-45-68, 8-914-00-511-94**

**Анастасия КУРЕНОВА**  
(«КП» - Иркутск)

Участник «Адской кухни» рассказал, как приготовить дома любимое блюдо Чингисхана.

За плечами знаменитого повара из Ангарска **Ёдгора Якубова** не одна кулинарная битва: «Адская кухня», «Адский шеф», «Белый китель», «Кулинарные детективы» и «Битва пикников», а его наставником был «шеф всея Руси» **Константин Ивлев**. В этот раз Ёдгор решил приготовить блюдо, возраст которого насчитывает не меньше 800 лет. Но сделать это так, чтобы рецепт смогла повторить на своей кухне любая домохозяйка.

- Хорхог по сей день считается гастрономической достопримечательностью Монголии, - рассказывает шеф-повар. - Дело в том, что это нежнейшее и сочное мясо любил сам Чингисхан. А весь секрет в камнях. Они равномерно распределяют тепло и создают идеальные условия для тушения.

Во времена Чингисхана барашка готовили прямо в шкуре и на костре. Мы же воспользуемся современной техникой. Также понадобятся острый нож для мяса, кухонные металлические щипцы и восьмилитровый казан.

# Просто добавь камней



## СПИСОК ИНГРЕДИЕНТОВ

**Мясо - 3 кг, лук - 1,5 кг, соль - 1,5 столовых ложки без горки, перец - 0,5 столовой ложки**

И самый главный ингредиент - гладкие плоские камни. Найти их можно во время отдыха на берегу реки или озера. Еще один вариант - обратиться в строительные магазины или на онлайн-сервисы объявлений. Важно! Камни из известняка не подойдут, так как они растворяются в воде.

После готовки выбрасывать камни не стоит. Как говорит шеф, чем чаще с ними готовить, тем вкуснее будет блюдо.



Кафе «Ханский двор»

## ГОТОВИМ ПО ШАГАМ

1. Камни тщательно моем под проточной водой, раскладываем на противне и «запекаем» в духовке при температуре 200 градусов в течение 40-60 минут. Важно, чтобы они накалились.
2. В это время весь лук нарезаем четвертинками.
3. Мясо нарезаем крупными пластинами толщиной в 1,5-2 сантиметра.
4. Казан ставим на небольшой огонь. На его

дно с помощью щипцов выкладываем слой раскаленных камней.

5. Затем выкладываем лук.
6. Следующий слой - мясо. Солим по вкусу.
7. Вновь слой лука. Мясо должно полностью «спрятаться» под ним.
8. Повторяем чередование слоев, насколько это позволяет объем казана или наличие продуктов. Но на поверхности должен оказаться именно лук.
9. Сверху вновь выкладываем камни.

10. Добавляем немного воды, чтобы закрыть дно казана - примерно пол-литра.

11. Как только повалит пар, плотно накрываем казан крышкой и томим блюдо на умеренном огне на протяжении двух-двух с половиной часов.

**Готово!** Можно освобождать мясо от камней. Оно будет таять во рту.

**Совет!** В оригинальном монгольском рецепте используется баранина. Однако это мясо не всем по вкусу. В качестве альтернативы прекрасно подойдет говядина - ребра или филе.



Кафе «Ханский двор»

## ПОДАЧА ОТ ШЕФА

Готовое мясо обычно едят руками. Лучше всего нарезать его слайсами и подавать на большой плоской белой тарелке или деревянной доске. Украсит блюдо любая зелень. Небольшую горку крупной соли насыпьте так, чтобы макать в него говядину. Также приправить хорхог можно томатным или зеленым маслом домашнего приготовления.

- Объем котла зависит от количества ваших гостей, - подсказывает Ёдгор. - Нашего хватит, чтобы приготовить сытный ужин на 15 человек.

Кафе «Ханский двор»

## ПОТАНЦУЕМ!

**Евгения ДЕМИНА**  
(«КП» - Омск)

Кубинец переехал в далекую Сибирь, чтобы научить русских горячим латинским танцам и радости жизни.

Две недели подряд по субботам сотни омичей приходили на площадку «Омской крепости» - танцевать посреди сибирских снегов знойную ламбаду и веселую маркарену. Зажег народ преподаватель латинских танцев **Лисбан Баро**. «КП» - Омск узнала, зачем ему все это надо и что привело уроженца Кубы в далекую Сибирь.

## ЕДВА НЕ СТАЛ ТАНКИСТОМ

Лисбан Баро родился в Гаване в семье военного - отец служил в спецназе. Сын решил пойти по его стопам и поступил в Общевоинской институт. А потом случилось событие, круто изменившее всю его жизнь, - Куба отправила своих военных учиться в Омск.

- Это очень престижно, так как 99,9% военной техники Кубы - советского и российского производства, - рассказывает Лисбан. - Во времена СССР наших военных направляли в Киев, а когда я учился, был объявлен общенациональный конкурс на обучение в Омском

танковом институте. Мест было всего пять, на каждое претендовало по 10 тысяч человек!

Гаванец попал в число избранных, приехал в далекую заснеженную страну, обжился и неожиданно понял - у русских и кубинцев, оказывается, много общего: в истории, в любви к своей Родине, во взаимоотношениях в семье и даже в менталитете:

- Кубинцы более открыты, всегда и всем улыбаются, легко идут на контакт. Русские более сдержанны, сначала им нужно узнать человека. Но уж если тебе доверятся, то подарят море тепла и доброты и крепкую настоящую дружбу.

Лисбан успешно окончил институт, вернулся домой, отслужил в армии. А в 2014 году купил билет и снова приехал в Омск - уже навсегда. Здесь ждала невеста, с которой познакомился еще на 3-м курсе. Жить решили в России. Во-первых, будущая супруга не знала испанского и на Кубе ей не хватало бы общения. Во-вторых, к тому моменту у Лисбана появилась мечта - ни много ни мало сделать латиноамериканские танцы частью современной русской культуры.

## «КУБИНЦЫ ТАНЦУЮТ ЕЩЕ ДО РОЖДЕНИЯ»

- Для меня это был вызов, по-

# В ритме сальсы



Лисбан никогда не отказывается сфотографироваться с поклонниками.

тому что отношение к танцам у нас совершенно разное. Кубинцы танцуют всегда и везде, еще в животе у матери до своего рождения, - улыбается Лисбан. - Поэтому все так или иначе умеют двигаться, чувствуют ритм - это у нас в крови, музыка на Кубе звучит отовсюду. Поэтому, когда кубинцы приходят в школу танцев, то приходят уже подготовленными, просто чтобы научиться еще лучше.

Танцами Лисбан начал заниматься еще в детстве, а вернувшись домой после института, прошел профессиональное обу-

чение - уже в качестве будущего преподавателя.

К сожалению, с супругой Лисбан не так давно расстался, но вместе они успели сделать два больших дела - открыть в Омске танцевальную школу и родить замечательного сына.

Сальса, бачата, ламбада, чача, румба... Омичи, конечно, не кубинцы - зажигательную латину сибирякам приходится осваивать с нуля. Но оно того стоит.

- Я учу людей не просто танцевать, потому что танец - это не только набор определенных движений, - считает Лисбан. - Через него

люди раскрывают свои эмоции, острее ощущают радость и вкус жизни. Танец позволяет почувствовать себя счастливым здесь и сейчас. И мне хочется привнести в русскую культуру эту часть философии моего народа - чтобы люди на улицах меньше грустили и чаще улыбались, не стеснялись самовыражаться и всегда находили повод для радости.

## ЛАМБАДА НА СНЕГУ

Пока не в масштабах всей России, но в пределах Омска стать частью современной культуры у Лисбана Баро точно получилось. Для его учеников танец стал стилем жизни. Летом они часто собираются на Любинском проспекте и просто танцуют. Глядя на них, многие прохожие тоже не в силах устоять на месте.

А недавно Лисбан провел для всех желающих бесплатные мастер-классы в поддержку Омска в борьбе за звание «Культурная столица России». На площадке «Омской крепости» посреди холодной зимы омичи увлеченно учились танцевать ламбаду и маркарену. На каждый мастер-класс пришло более ста человек - от мала до велика.

Скоре обязательно повторим что-то подобное! - пообещал Лисбан.

Евгения ДЕМИНА

# Могут ли качественные быть

Эксперты рассказали правду о препаратах-дженериках.

Анна ДОБРЮХА

Подводя итоги года на российском лекарственном рынке, эксперты отмечают: сейчас большинство препаратов в наших аптеках - дженерики (аналоги запатентованных препаратов под другим названием). Чем они отличаются от оригинальных лекарств? Как проверяются эффективность и безопасность дженериков? И главное: как выбрать качественные таблетки, доступные для кошелька? Эти важные вопросы, от которых будет зависеть наше здоровье в наступающем году, «Комсомолка» разобрала вместе с экспертами.



Цены в аптеках буквально толкают вести здоровый образ жизни.

Алексей ФОКИН/«КП» - Тула

## МНЕНИЕ ВРАЧА

- Какие-либо серьезные отклонения в эффективности при использовании онкологических препаратов-дженериков мне не встречались, - рассказал «КП» врач-онколог, химиотерапевт, заведующий онкологическим отделением Дмитрий Олькин. - В некоторых случаях, возможно, было больше побочных эффектов. Это связано, скорее всего, не с самой молекулой действующего вещества, а с другими составляющими таблетки - стабилизаторами и прочими вспомогательными компонентами. Но главное, что в целом препараты-дженерики работают. Мы видим это и по результатам лечения пациентов, и по клиническим исследованиям, которые подтверждают эффективность.

1

## Что такое дженерики и как их создают?

Первые изобретенное лекарство (оригинальный препарат) в течение 20 - 25 лет защищено патентом. Это означает, что другие производители не вправе скопировать действующее вещество и выпускать свои препараты без согласия обладателя патента. Когда срок его действия истекает, фармкомпания легально получают возможность приступить к созданию дженериков.

- Это серьезный научно-технологический процесс. Он включает 5 основных этапов, - рассказывает руководитель международного направления «Общая медицина» крупной международной фармацевтической компании Бенце Ковач. - Сначала нужно определить активный ингредиент, или действующее вещество, оригинального препарата. Затем - проанализировать его состав и технологию производства. Эта стадия называется «реверс-инжиниринг» (дословно - обратная разработка, исследование готового продукта. - Ред.). Далее создается биоэквивалентная формула для лекарства-дженерика. Она должна быть такой, чтобы препарат оказывал на организм то же действие, что и оригинал. На следующем этапе

проводятся клинические исследования (КИ).

Для дженериков они упрощенные, уточняет эксперт. Поскольку полный комплекс КИ (три фазы) в свое время прошел препарат-оригинал. Новым производителям нужно доказать, что их разработка соответствует оригинальному лекарству. Для этого проверяется биоэквивалентность.

- Приглашаются две группы здоровых добровольцев. Одной дают референсный препарат (оригинал), второй - дженерик. А потом наоборот - так, чтобы в итоге каждый участник получил оба препарата, - поясняет Бенце Ковач. - В ходе исследования отслеживается концентрация действующего вещества в крови добровольцев. Выстраиваются графики и сравниваются соответствующие показатели оригинала и дженерика. Если они одинаковые, либо отклонения минимальны, признается, что новый препарат прошел испытания.

А дальше все данные и документы передаются на экспертизу в регулирующие органы (в России - Минздрав). Только после этого дженерик получает регистрацию и допускается на лекарственный рынок страны.

## КСТАТИ

В интернете встречаются заявления, что качественный дженерик может быть дешевле оригинала в среднем на треть. Это большое заблуждение, рассказал «КП» аналитик фармрынка, директор по развитию RNC Pharma Николай Беспалов.

- Как правило, чем меньше времени прошло после истечения срока патента на оригинальное лекарство и начала выпуска дженериков, тем дороже такие препараты, - поясняет эксперт. - Например, сначала они могут уступать в цене оригиналу всего на 15 - 20%. Но дальше количество компаний, взявшихся за производство дженериков, растет. Конкуренция увеличивается, и цена снижается. Через 10 - 15 лет она может стать в разы меньше, чем у оригинала. И это никоим образом не означает ухудшения качества дженериков.

2

## Почему дженерики дешевле оригинального лекарства?

По оценкам экспертов, разработка и вывод на рынок одного оригинального лекарства обходится в среднем в 2,6 млрд долларов. И занимает около 10 лет. Это расходы на создание и тестирование лекарственных молекул, доклинические испытания на животных, 3 - 4 фазы клинических исследований с участием людей, траты на продвижение ранее неизвестного препарата. Разумеется, производитель стремится все это «отбить», плюс получить прибыль. А срок ограничен - 20, мак-

симум 25 лет действия патента. Поэтому цену на препарат необходимо держать довольно высокую.

Разработчики дженериков тоже несут немалые расходы (см. выше). Но затраты существенно ниже. Поэтому препараты могут стоить ощутимо дешевле.

- По сути, дженерики - это основной способ сделать лекарства доступными широкому кругу пациентов - как для самостоятельной покупки, так и при обеспечении за счет бюджета государства, - говорит

доктор медицинских наук, руководитель рабочей группы по организации ОМС (обязательного медицинского страхования) Всероссийского союза страховщиков Алексей Березников. - Здравоохранение любой страны основано на оптимальном соотношении расходов на лечение и его результатов. Дженерики за счет меньшей стоимости могут наиболее полноценно обеспечивать нужды пациентов. И потому в конечном счете показывают наибольшую эффективность в лечении населения.

3

## Может ли эффект дженериков отличаться от оригинала и почему?

- У препаратов-дженериков есть четыре основные гарантии качества, - говорит эксперт в фармацевтической области Бенце Ковач. - Во-первых, клинические испытания биоэквивалентности лекарств, они подтверждают соответствие дженерика оригиналу (см. выше). Во-вторых, соблюдение фармкомпанией стандартов GMP и GxP (от англ. good manufacturing practice и good (x - различные области) practice, надлежащая производственная практика, это система строгих норм, обеспечивающих высокое качество продукта. - Ред.). В-третьих, экспертиза, которую проводят регулирующие органы перед регистрацией дженерика и его допуском на рынок. В-четвертых, контроль и надзор государственных ведомств за качеством и безопасностью лекарств, которые уже находятся в обращении в стране. При этом важную роль играет до-

бросовность фармкомпаний, отмечают эксперты. Как и в любой сфере, на лекарственном рынке возможны злоупотребления. Скажем, несоблюдение стандартов GMP. Или ситуация, когда при исследованиях биоэквивалентности производитель использует, кроме активного ингредиента, одни вспомогательные вещества, а потом что-то меняет в составе, приводит пример Николай Беспалов. В результате дженерик может оказаться менее эффективным или давать больше побочных. Но это уже прямое нарушение закона, за которое предусмотрена ответственность. «Абсолютное большинство компаний, которые работают в России, подобной ерундой не занимаются, - подчеркивает Беспалов. - Потому что потери могут быть колоссальные, в том числе репутационные. А выигрыш крайне сомнительный».

# лекарства дешевыми

## 4 Если в стране преобладают дженерики, а не оригинальные препараты, - не свидетельствует ли это об отсталости науки и здравоохранения?

По оценкам экспертов, сегодня в нашей стране доля дженериков составляет более 50% от всех лекарств. На зарубежных рынках их доля еще выше (подробнее см. ниже в рубрике «Цифры и факты»).

- Представление о том, что распространенность дженериков - это показатель уровня развития науки, совершенно ошибочно, - говорит эксперт по ОМС Алексей Березников. - В большинстве стран мира, включая самые развитые, такие препараты используются очень широко. Это общепризнанная практика. В том же Израиле, который славится качеством своей медицины, активно производятся и применяются дженерики. Вообще в мире немало фармкомпаний, которые изначально специализируются именно на разработке и выпуске дженериков. Зачем платить за бренд, если можно лечить качественно, но дешевле?

При этом, безусловно, создавать новые оригинальные лекарства нужно для прорывов, прогресса в лечении заболеваний, отмечают специалисты. «Крупные российские фармкомпании тоже занимаются разработкой инновационных препаратов, в последние годы особенно активно. Есть серьезные успехи. Например, вакцина «Спутник», вышедшая на международный рынок, революционный препарат против болезни Бехтерева, - перечисляет Алексей Березников. - На подходе и другие значимые проекты».

В целом же после истечения срока патента у большинства оригинальных лекарств появляются «коллеги» - дженерики, добавляет Николай Беспалов. Это не только оправдано финансово, но и гуманно, поскольку повышается доступность лечения для пациентов.



Выпуск новых оригинальных лекарств обходится производителям примерно в 2,6 млрд долларов и может занять до 10 лет. Позволить себе полный цикл могут только фармацевтические гиганты.



Постковид стал тяжелее: почему сейчас многие чувствуют себя хуже и как восстановиться, читайте на сайте



## 5 Как выбрать качественный препарат, подъемный для кошелька?

- Если фармкомпания строго соблюдает стандарты GMP, требования к качеству препарата, то ее дженерики эффективны так же, как оригинальное лекарство, - говорит Бенце Ковач. «Основным ориентиром может служить

репутация производителя дженериков», - соглашается профессор-кардиолог, доктор медицинских наук Филипп Копылов.

Судить о добросовестности той или иной компании можно, например, по дан-

ном Росздравнадзора, подсказывает Николай Беспалов. На сайте ведомства регулярно появляются сообщения о проблемах с качеством, безопасностью отдельных препаратов и других выявленных нарушениях.

## Доля и стоимость оригинальных лекарств и дженериков на лекарственных рынках разных стран\*

ЦИФРЫ И ФАКТЫ

■ дженерики,  
■ оригинальные препараты  
■ препараты смешанного типа\*\*

Страны Евросоюза

Доля на рынке



Объем расходов населения, страховых компаний и государства на лекарства



США



Россия



⚠ Доля дженериков на российском рынке растет. В 2019 году их количество составляло порядка 4000 наименований, а к середине 2024 года - около 5300.

⚠ Каждый пятый россиянин перед покупкой лекарства сравнивает цены на оригинальный препарат и (или) различные дженерики.

⚠ Каждый третий отказывается от того или иного препарата, назначенного врачом, из-за слишком высокой цены.

\*По данным за 2023 год, предоставленным компанией «Гедон Рихтер».

\*\*Например, лекарства, зарегистрированные по другому законодательству в советское время, - сегодня их нельзя однозначно отнести ни к дженерикам, ни к оригиналам.

хит продаж

Как быть многодетной мамой,  
женой знаменитого музыканта СЕРГЕЯ ЖУКОВА  
и не потерять себя!

ВПЕРВЫЕ!  
ОТКРОВЕНИЯ Регины Бурд

Я успокаиваю себя, что в любой момент смогу отступить. И ничего страшного в этом не будет: всё возможно, попробовала, не получилось.

... Начался непростой период для нас с Сережей...



КУПИТЬ  
ЗДЕСЬ



До Нового  
года осталось  
14 дней

Психологи рассказали об эффективных техниках загадывания новогодних желаний.

Анна КУКАРЦЕВА

Уже скоро мы будем поднимать бокалы под обратный отсчет времени перед началом Нового года. Вспоминать год уходящий, подводить итоги - что из задуманного сбылось, что нет. И кто-то непременно попытается успеть под бой часов написать желание, сжечь записку и кинуть пепел в бокал. Что можно успеть за 12 ударов? На самом деле часто - просто удариться в панику и смазать себе все волшебство момента.

Ставить цели, мечтать и загадывать желания надо не наспех, а немного заранее. А как делать это правильно, чтобы загаданное сбылось, нам рассказали эксперты-психологи.

Пока часы 12 бьют:

# Как ставить цели, чтобы все сбылось

Николай ОБЕРЕМЕНКО/«КП» - Пермь

Канун Нового года - самое время строить планы и подводить итоги.

## ОПЯТЬ ГОД ПРОЖИТ ЗРЯ

Частенько бывает, что подводишь итоги под конец года. И понимаешь, что списки загаданного и исполненного как-то расходятся...

- Во-первых, мечты - это не цели, - объясняет мотивационный тренер **Олеся Валиуллова**. - Мечта - это вдохновляющий образ. Красивая, манящая, но не обязывающая. Она дает ощущение будущего счастья, но не имеет оформленной структуры. Именно поэтому мечты часто разбиваются о реальность.

Цель, напротив, имеет четкие контуры: она понятна, реалистична и подкреплена планом. Если мечта - это светлая звезда где-то на горизонте, то цель - это маршрут, который ведет к ней шаг за шагом.

Если мы говорим про нейробиологию и работу нашего мозга, то ему важно видеть путь. Кому-то важно увидеть весь путь целиком, все шаги. Кому-то важен и нужен только первый шаг. Но без пути мозг нас не пустит никуда. А значит, все наши мечты так и останутся мечтами. То же происходит, когда мы ставим себе нереалистичные мечты, то есть теряем связь с реальностью. Тогда опять же наш мозг понимает, что до конца я не дойду.

Так что же делать?

## ЗАПИСАЛ? ПОДЕЛА СДЕЛАЛ

Желания нужно расписывать. То есть в прямом смысле слова - ручкой на бумаге. Прямо сейчас. Можно даже специально завести красивый дневник или блокнот.

Олеся Валиуллова рассказала о нескольких простых правил, как формулировать желания правильно. Не только на бумаге, но и в голове:

**1** Должен быть параметр, по которому вы поймете, что это произошло. То есть что-то осязаемое, понятное. Не «хочу купаться в деньгах». А «купить сыну квартиру».

**2** Желание должно быть максимально конкретным. Если это автомобиль - то какого цвета, марки, объема двигателя? В идеале писать желания так, чтобы даже трехлетний ребенок легко понял, что вы хотите.

**3** Никаких злых мыслей - ваши желания должны давать положительные эмоции.

**4** Ну и, конечно, наши желания должны касаться только нас. Люди не настолько всемогущи, чтобы менять (то есть делать другими) мужей, детей и всех остальных.

## НАЧНИТЕ ЗАГАДЫВАТЬ УЖЕ СЕЙЧАС

- Хорошо, когда абстрактные мечты становятся конкретными желаниями, - говорит психолог **Василис Аверьянова**. - Чтобы успешно воплотить свои планы в жизнь, предлагаю воспользоваться такой техникой.

**1** Запишите по пунктам на листочке бумаги все свои мечты, которые вы хотели бы воплотить в жизнь в новом году. Любое количество, которое вас устраивает, хоть 50.

**2** Теперь нарисуйте круг (его еще называют «колесо баланса») и разделите его на 8 секторов в соответствии с вашими основными сферами жизни. Для кого-то это будут отношения, спорт, самореализация, хобби, здоровье, деньги, самопознание, дети. Вы можете выбрать любые сферы, важные лично для вас.

**3** А сейчас распределите цели по этим позициям. В идеале должно выйти по 3 - 4 цели на каждую из

сфер. Там, где получилось меньше трех пунктов, нужно будет добавить еще желаний, а если вышло больше пяти целей, подумать, может, стоит немного сократить список в этой сфере.

**4** Покажите этот список друзьям и родным, которым вы доверяете сокровенное, и обсудите его с ними. Так вы продемонстрируете свою готовность приступить к исполнению этих задач. Плюс можно получить обратную связь от значимых для вас людей и, возможно, немного подкорректировать свои желания.

**5** И, наконец, разбейте эти цели на более мелкие подцели на каждый месяц наступающего года. И тут вам поможет дневник (или блокнот) исполнения желаний.

Кстати, можно назначить себе награды и штрафы за неисполнение планов в конце года.

## МЕЧТАЙТЕ, КАК ДЕТИ

- У кого больше всего исполняется желаний? Конечно же, у детей. Они в отличие от нас, взрослых, живут на своих «хочу», - говорит психолог **Елена Шлык**. - И сильно отличаются от нас своим состоянием. Для них, не зажатых еще программами и установками взросления, без вечных «надо и должен», пока всё легко и просто! Они ради своих желаний верят в Деда Мороза, пишут ему письма с детальным описанием подарков. Ждут, верят и радуются, когда получают. Какие эмоции и техники мы можем «позаимствовать» у детей, кроме искренней веры в чудо?

✓ Ясно и детально представить то, о чем мечтаете.  
✓ Важно делиться своими мечтами с теми, кто вас вдохновляет и поддерживает (как наши дети с нами).  
✓ Представить себя, когда мечта осуществится (визуализировать). Наполниться этими эмоциями, ощущениями, возможно, запахами, ассоциациями.

КСТАТИ

ЗАЧЕМ НУЖЕН ДНЕВНИК ЖЕЛАНИЙ



Психологи считают, что это очень важный момент - чтобы ваши желания были не просто записаны, но как можно более четко прописаны.

Так что, по сути, блокнот желаний - это не просто запись хотелок, а настоящий стратегический план на будущее.

Итак, первое: нужен красивый дневник или блокнот.

Второе: писать нужно в настоящем времени: не «я хочу много зарабатывать», а «я много зарабатываю».

Таким образом, вы как бы переносите себя в свое счастливое будущее, делаете его оформившимся.

Третье: старайтесь избегать частицы «не» (например, правильно: «я встречаюсь с хорoshiм парнем», а не «не хочу быть одинокой»).

Четвертое: добавьте активатор желания, некий якорь, который вы точно сможете исполнить каждый день. Пусть даже это будет «каждое утро я пью вкусный кофе» или «каждый день учу 5 новых слов иностранного языка».

Пятое: дневник желаний - это не просто ежедневник. Записывать свои мечты, а самое главное, шаги к их реализации нужно каждый день. Можно составлять планчики еженедельно или ежемесячно, но отчитываться перед собой о шагах к достижению цели нужно каждый день.

Кажется, сложно?

На самом деле это очень мотивирующая, а главное - вносящая структуру и порядок в жизнь привычка. А еще, как говорят все врачи, - писать от руки очень полезно! Это помогает мозгу наращивать новые нейронные связи и успокаивающе действует на нервную систему.

tele  
programma  
.pro



Гороскопы  
для всех знаков  
зодиака -  
на нашем сайте

Готовим блюда на застолье по любимым рецептам вождей и президентов.

# Кремлевские - ели!

Виктория КУДАЕВА («КП» - Иркутск)

Пробую бутерброд, который приготовила бабушка, и удивляюсь: почему так вкусно? - Селедочное масло, - подсказывает она. - Говорят, сам Леонид Брежнев любил это блюдо...

А что если в этот Новый год удивить гостей и подать на стол любимые угощения генсеков? Решено! Чтобы искусно адаптировать их для наших дней, обратилась за советом к шеф-повару с 22-летним стажем, победителю шоу «Битва шефов» Андрею Малханову.



Одно из застолий с Леонидом Брежневым (на фото - с министром внутренних дел СССР Николаем Щёлоковым).

## Намазка от Брежнева

«Стол надо накрывать так, чтобы ножки гнулись», - считал Леонид Брежнев.

Его фавориты - борщ с мясом, яичница с салом и курник. Все блюда готовились под личным контролем супруги генсека, она была отличной хозяйкой. А поскольку Леонид Ильич увлекался охотой и рыбалкой, нередко брал с собой на природу поваров, чтобы они готовили из свежего мяса.



Но со временем генсек начал беспокоиться о здоровье, и врачи разработали ему особое диетическое меню. Овощные похлебки и каши на пару. Дома, на даче, в Кремле у него стояли весы. Лидер КПСС, по воспоминаниям приближенных, приходил в ужас, если стрелка показывала больше на 500 г, чем в прошлый раз. А вот побаловать себя намазкой все же позволял...

**Продукты:** сельдь соленая (1 шт.), 200 г сливочного масла, 1 ч. л. горчицы, 1 ч. ложка лимонного сока.

Сельдь почистить, вынуть кости и порезать на куски. Сливочное масло слегка размять. Смешать в блендере до однородной массы. Можно намазывать на хлеб.

**Совет шеф-повара:** угощение калорийное, поэтому я бы рекомендовал есть с цельнозерновым хлебом. А если на бутерброд положить слайсы ростбифа, буженины или ветчины, яйцо пашот и свежую зелень, получится идеальная закуска для новогоднего стола.

## «Царский» салат от Никиты Хрущева

Никита Хрущев любил поесть много и плотно. Уважал каши, оладьи, вареники, кровяную колбасу, блины и пироги. Считал, что на обеденном столе обязательно должен быть суп.

- В духовке запекали поросенка с начинкой из печени и гречневой каши. Любил рыбный салат под названием «Царский». В его составе красная икра, - вспоминала его личный повар.

**Продукты:** 500 г кальмаров, 10 куриных яиц, 100 г красной икры, 250 г крабового мяса,



петрушка и укроп (по 2 - 3 веточки), майонез. Кальмары помыть, бросить в кипящую воду и варить 2 - 3 минуты. Затем под холодной проточной водой очистить от внутренностей. Нашинковать соломкой. Отварить яйца, отделить белок и тонко его нашинковать. Нарезать крабовое мясо, зелень. Смешать и запра-

вить салат майонезом. Сложить его горкой на блюде и украсить красной икрой.

**Совет шеф-повара:** для разнообразия вкуса можно добавить 300 г свежего огурца, 100 г репчатого лука, смешать с майонезом. Крабовое мясо легко заменить на крабовые палочки. Получится интересно.



В еде Никита Сергеевич был непритязателен.

## Пельмени от первого президента

Путь к сердцу мужчин лежит через желудок - об этом точно знала Наина Иосифовна, жена первого Президента России Бориса Ельцина. Она удивляла кремлевских поваров своими кулинарными изысками. Друзья семьи вспоминали, что особенно ей удавались пирожки, черемуховый пирог и выпечка.

«Борис к еде относился очень спокойно. Никогда не слышала от него: «Я это есть не буду». Ел все, что бы я ни приготовила. Но особенно любил пельмени и жареную картошку», - писала Наина Ельцина в своей книге.

**Продукты:** 1 стакан ледяной воды, 2 яйца, 4 стакана муки, 1 - 2 ст. л. сметаны, 0,5 ч. л. соли.

Смешать воду, яйцо, сметану, соль и постепенно добавлять муку. Готовое тесто накрыть пленкой или полотенцем на 30 минут. После этого можно приступать к лепке пельменей.

**Совет шеф-повара:** получится сочнее, если соединить два вида фарша, например говяжий и куриный (из филе бедра). И - приготовить пельмени на пару, а не отваривать, чтобы вкус не ушел в воду.



Борис Ельцин любил простую еду, к примеру жареную картошку или пельмени.



## «Арагви» от Сталина

- Отойдите от стола. Сейчас я покажу, как готовится настоящий «Арагви», - приказывал Иосиф Сталин поварам, и, вооружившись ножом, лихо смешивал в глиняных горшочках ингредиенты.

Вождь обожал долгие застолия на даче. Начинались они поздним вечером и заканчивались глубокой ночью. При этом сам Иосиф Виссарионович попивал красное вино и наблюдал за гостями. Подмечал, кто что ест, спрашивал, вкусно ли. На столе всегда было ассорти из русской и грузинской кухни, фавориты - чахохбили, лобио, харчо, шашлык.

**Продукты:** 1 кг молодой баранины, 0,5 кг картофеля, 2 - 3 луковицы, 2 средних баклажана, 0,5 кг помидоров, соль, стручковый перец, свежая петрушка, кинза и укроп.

Баранину порубить на порционные куски и посыпать солью. Крупно нарезать очищенный картофель и кружочками - репчатый лук. Порезать на несколько частей баклажаны и помидоры. В порционные глиняные горшочки положить мясо, картофель, сверху уложить баклажаны, лук, помидоры, посыпать зеленью и добавить стручковый перец



Картина Малькова «Здоровый тост за русский народ» (1949). (К слову, сам Сталин предпочитал мясные блюда.)

и соль. Довести до готовности в духовом шкафу.

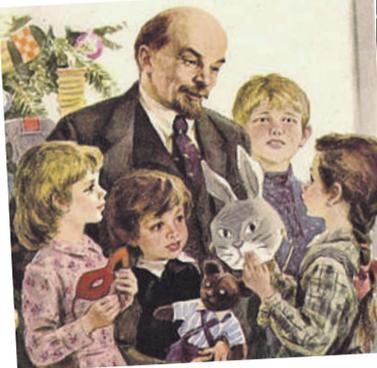
**Совет шеф-повара:** если не любите баранину, замените говядиной. Сначала обжарить мясо, а когда оно даст сок, добавить картофель и баклажаны. Чтобы помидоры были сочными, нужно очистить с них кожицу, для этого опустив в горячую воду. Из приправ подойдут хмели-сунели, кориандр, чеснок, лавровый лист и кинза.

## Десерт от Владимира Ленина

Некоторые историки утверждают, что любимым десертом Владимира Ленина был «Сен-Жермен». Он попробовал его в эмиграции 1908 - 1912 годов в Париже.

**Продукты:** 80 г глазированных каштанов, 1 ст. л. какао-порошка, 3 ст. л. сахарной пудры, 2 ст. л. вишневой наливки, 150 мл жирных сливок, 2 яичных белка.

Каштаны выложить в миску и раздавить вилкой. Добавить какао и сахарную пудру, продолжить разминать еще 2 - 3 минуты. Влить наливку и взбить. Отдельно взбить сливки, а также белки - до



консистенции пены. В миску с каштанами ввести сливки, затем белки. Перелить в компотницу или вазу для фруктов и поставить в холодильник на два часа. По желанию украсить свежими ягодами и листиками мяты.



Владимир Ленин в детстве с аппетитом уплетал немецкое блюдо Armer Ritter - «Бедный рыцарь». Это поджаренный батон, залитый яйцом.

**Совет шеф-повара:** десерт «Сен-Жермен» интересный, но, думаю, не везде удастся раздобыть каштаны. Для новогоднего стола я бы порекомендовал приготовить десерт, который тоже у многих ассоциируется с детством. Например, орешки с вареной сгущенкой.

**БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»**



Фото присылайте в «Комсомольскую правду», e-mail: miss@kp.ru

**Ирина ГУЛЯЕВА, Химки:**

- Окончила Литературный институт имени А. М. Горького. Люблю читать, слушать аудиокниги и подкасты на самые разные темы. Активно и успешно играю в интеллектуальные игры.

**Виктория АНДРЕЯНОВА, модельер:**

- Рождественский наряд в традициях голливудского гламура. Атласное изумрудное платье струится по фигуре, улавливая свет и играя текстурой. Одно плечо открыто - акцент на тонкой ключице и линии шеи. Высокий пучок и насыщенно-красные губы поддерживают праздничную эстетику.



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



**АНЕКДОТЫ**

Прочитал наоборот слово «унитаз», теперь боюсь на него садиться!

\* \* \*  
- Милый, ты где?  
- Я на охоте...  
- А кто там так громко дышит?

- Это медведь...  
\* \* \*  
- Дальше будет лучше!  
- Хватит меня пугать!

\* \* \*  
На самом деле 2024 год был неплохим. Скоро увидите сами.

\* \* \*  
- Пап, что такое отсутствие логики?  
- Глобус тебе в зад!  
- Ну па-а-ап?  
- Борщ.

\* \* \*  
Первый закон кота: случайно проснулся - поешь!

Второй закон кота: спит чутко!

\* \* \*  
- Мам, смотри, снегиры! У тебя хлеб есть?  
- Без хлеба ешь!

\* \* \*  
Бог создал мир. Остальное сделано в Китае.

\* \* \*  
Инфляция - она как мороз с ветром. Росстат измеряет восемь процентов, а населением ощущается как двадцать.

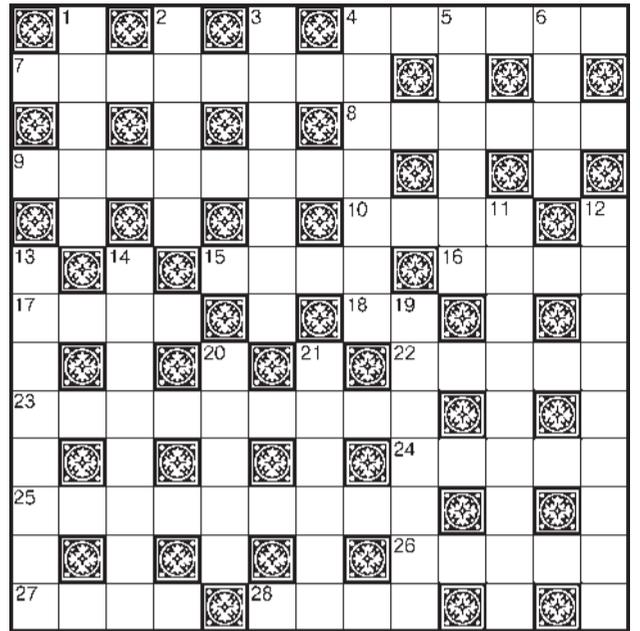
\* \* \*  
Маугли, скажи нам, Где медведь Балу. И откуда новый Коврик на полу?

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.** Какой металл «озолотил» Норильск? **7.** Что собой представляет индийская каста? **8.** Необходимые навыки. **9.** Из-за чего в дикторы не берут? **10.** Решето для правоты. **15.** Какой остров Зевс поручил охранять медному великану? **16.** Столица с Египетским музеем. **17.** Что получает фермер от буренки? **18.** Где вечные мучки обеспечены? **22.** Маска внешнего вида. **23.** Откуда родом Эдуард Успенский? **24.** Какой шкаф ростом не вышел? **25.** Газовая обложка Земли. **26.** Недовольный надоеда. **27.** Что лишает спокойствия? **28.** Каким предметом в средневековой Японии имели право пользоваться только император и знать?

**ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.** Кому овощу посвящен фестиваль в испанском городе Буньоль? **2.** Совместный опус Сергея Рахманинова с Александром Пушкиным. **3.** Кто раскачивает колокола? **4.** Кого на свадьбе окольцовывают? **5.** Во что еж сворачивается? **6.** Что дешевым не бывает? **11.** Чем излучение измеряют? **12.** Жизнь невоенных. **13.** «Вовочка принес домой ... Так папа замучился его выбрасывать!» **14.** Психическое расстройство. **19.** «Зато писал я не ..., а сочинение без темь». **20.** Что труппа репетирует? **21.** С какого города началась Реконкиста, длившаяся более семи веков?

**ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4.** Ни-люкс. **11.** Радометр. **12.** Гражданка. **13.** Бумеранг. **6.** «Алеко». **3.** Звонарь. **4.** Невеста. **5.** Клубок. **6.** Тик. **27.** Нев. **28.** Зонт. **ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.** Томат. **23.** Егорьевск. **24.** Тумба. **25.** Атмосфера. **26.** Ны-кель. **7.** Сосиски. **8.** Выгулка. **9.** Занкание. **10.** Стор. **15.** Крит. **16.** Каир. **17.** Удой. **18.** Ад. **22.** Имидж. **23.** Егорьевск. **24.** Тумба. **25.** Атмосфера. **26.** Ны-люкс. **11.** Радометр. **12.** Гражданка. **13.** Бумеранг.

**Прогноз погоды на завтра, 18 декабря**

	Осадки	Ночью	Днем	Давление*	Влажность**	
Абакан		-24°...-26°	-20°...-22°	751	81	ясно
Иркутск		-9°...-11°	-9°...-11°	733	82	дождь
Красноярск		-13°...-15°	-10°...-12°	759	77	облачно
Кызыл		-19°...-20°	-20°...-22°	720	76	гроза
Омск		-8°...-10°	-7°...-9°	749	69	пасмурно
Новосибирск		-11°...-13°	-7°...-9°	754	56	снег
Томск		-12°...-14°	-8°...-10°	759	57	* мм рт. ст. ***

**СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!** Если у вас есть: ● тема для публикации ● отклики на статью ● жалобы на доставку **Звоните нам! (495) 777-02-82** Ваше мнение для нас важно!

**ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»**  
 ■ Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.  
 ■ Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.  
 ■ Ведущий редактор номера А. ИВАНОВ.  
 ■ 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

Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Индексы П1101, ПМ976 Тип. №  
 ■ Время подписания в печать по графику - 17.00, фактически - 16.30  
 ■ ISSN 0233-433X

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2024», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.  
 Тираж этого номера: 173 148 экз.  
 Цена договорная

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



Адреса редакций: ■ 664047, г. Иркутск, ул. Партизанская, 75 ■ 660022, г. Красноярск, ул. Никитина, 3 «б», пом. №78 ■ 630091, г. Новосибирск, ул. Советская, 64

Газета отпечатана: ■ на удаленном производственном участке АО «Советская Сибирь», г. Иркутск, бульвар Рябикова, 96, стр. 1. Заказ № 485922 ■ на удаленном производственном участке АО «Советская Сибирь», г. Красноярск, ул. Шахтеров, 33. Заказ № 485871 ■ в типографии АО «Советская Сибирь», г. Новосибирск, ул. Немировича-Данченко, 104.