

Школьница спасла девочку и вернула к жизни, выкопав ее из песка

Читайте на стр. 3 ▶



Личный архив

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

«ТЕМА ДНЯ»

Обсуждаем главные события выходных и понедельника - 18.00

radiokp.ru



КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Понедельник, 28 июля
№ 55-п (26703-п)/2025 год

Газета нашего города • Иркутск

KP.RU 3 467 000
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ
ЗА МИНУВШИЕ СУТКИ

Почему байкальская клубника такая дорогая

В этом году за килограмм ягоды просят до 2000 рублей.



Читайте на стр. 3 ▶



Josep Surina/Shutterstock/Fotodom

Помогут ли скраб и абрикосы получить идеальный загар

Анна КУКАРЦЕВА.

Про мифы и правду об уходе за кожей летом «Комсомолка» поговорила с опытным врачом-дерматологом Марией ЖУРАВЛЕВОЙ.

О пользе солнцезащитных кремов сейчас не говорят разве что из утюгов. И это действительно правда. Но существует еще множество легенд вокруг летнего ухода за кожей. О них мы поговорили с врачом-дерматологом Марией Журавлевой, автором книги «Под покровом кожи» издательства «Комсомольская правда».

Продолжение на стр. 6 ▶

В Иркутске построят новый мост через реку Ушаковку

Ангелина ОГЕР

Конструкция для автомобилистов и пешеходов появится в районе улицы Ледяная.

В Иркутске построят новый мост через реку Ушаковку. Конструкцию планируют сделать в районе улицы Ледяная. По плану это будет четырехпролетная плитная переправа шириной девять метров. Обустраивают при этом не только саму дорогу, но и тротуары.



Андрей АБРАМОВ

Пока проектная документация находится на государственной экспертизе. Техническая оценка уже успешно пройдена, все замечания устранили, теперь ведется подготовка к ценовой экспертизе.

- После этого подадут заявку на софинансирование, - сообщают подробности в администрации Иркутска. - При получении средств из федерального бюджета, мост начнут строить в 2026-м году.

На работы уйдет около восьми месяцев.

В городе заблокировали более двух тысяч аккаунтов электросамокатчиков

Ангелина ОГЕР

126 человек получили штраф на общую сумму более 400 тысяч рублей.

В Иркутске заблокировали более двух тысяч аккаунтов пользователей электросамокатов. 126 пользователей получили штраф на общую сумму более 400 тысяч рублей.

- Полицейские проели рейд, чтобы выявить нарушения ПДД среди тех, кто управляет электросамокатами, - ГУ МВД по Иркутской области. - Так, с начала года в городе и районе произошло 14 ДТП с участием средств индивидуальной мобильности, - пояснили в ведомстве.



Владимир ВЕЛЕНГУРИН

В таких авариях пострадали 15 человек, из них 10 - дети. Сотрудники ГИБДД провели беседы с водителями электросамокатов, напомнили о правилах безопасности, а также о том, как важно не забывать о защитной экипировке.

Солдат суров, но просит «Ту-лу-ла»

Александр ГАМОВ,
Любовь МОИСЕЕВА

Какие перемены певица Чичерина заметила на фронте, о чем Проханов шептался с Путиным и близко ли окончание СВО? Об этом артистка и писатель рассказали «Комсомолке».

«Я СКАЗАЛ ПРЕЗИДЕНТУ: НУЖНА МЕЧТА»

- Александр Андреевич, 12 июня Владимир Путин вручал вам в Кремле Звезду Героя Труда. И все видели, что вы незаметно что-то ему шепнули. А когда все выпили шампанского, вы куда-то вместе отошли. О чем вы говорили?

Проханов:

- Я сказал, что очень важно для страны иметь гиперзвуковое оружие, ядерные заряды. Но, может, даже более важно, чтобы Россия имела формулу мечты. Чтобы она звучала понятно и для тех, кто сражается, и для тех, кто в три смены трудится на заводах, и для тех, кто вымалывает у Господа благоденствие для народа.

Я сказал Путину, что все периоды истории имели эту мечту: во время язычества волхвы и скоморохи воспевали молодильные яблоки, которые не давали состариться, когда Русь крестилась, монахи вещали о Царстве Небесном - да, человек должен умереть, но воскреснет.

Большевики создали государство, где человек приносил себя в жертву ради будущего благоденствия, когда все люди будут равны и счастливы. В этом коммунистическом бриллиантовом образе нет бессмертия, но в нем сложилась Великая Победа. А это явление и религиозное - победа ангельских смыслов над демонами.

- А какой образ сегодняшней России?

- Он есть. Если бы не было, мы бы не жили, не воевали, не строились.

Я сказал: Владимир Владимирович, вы сделали победу центром российской идеологии. Победа собрала разбегающиеся осколки Советского Союза. И содействует нашему воскрешению. Это великое, мистическое русское воскрешение - и есть смысл сегодняшней России. Эти рассуждения, мне кажется, увлекли президента.

Когда мы чокались шампанским, я ему сказал, что есть такой псалом - «Ангел Херсонеса», и в нем слова: «Ты был невольник призрачной галереи и слышал скрип ее волшебных весел. Был исповедник сокровенной веры, умелец нам неведомых ремесел». Он улыбнулся, понял, о ком речь.

«БОЙЦОВ НЕ ЗАСТАВИШЬ ПЛАСАТЬ»

- Юлия, вы написали уже цикл песен на стихи Проханова, в котором есть и «Ангел Херсонеса». Как их принимают?

- Я много пою перед военными, они народ суровый. Просто сидят, отдыхают. Их не заставишь плясать.



Михаил ФРОЛОВ / «КП» - Москва

Это только кажется, что Чичерина и Проханов разные. На самом деле у них очень-очень много общего.

- Поете прямо в окопах?

- В блиндажах. Просто в лесочке, в госпиталях - по-разному.

- Не страшно? Там дроны летают.

Снаряды.

- Это более-менее замаскированные места. Под зеленой в лесу или в подвалах разрушенных городов. Все-таки безопасность соблюдается, чтобы не рисковать ни братвой, ни мной.

«ОН СОПРОТИВЛЯЛСЯ»

- Александр Андреевич, как вы друга нашли? Встретить своего поэта, певца не просто. Как доверились Чичериной?

Чичерина:

- Он долго сопротивлялся.

Проханов:

- Не помню, как встретились. Иногда говорю, что мы и не расставались.

- Юлия, а ваша версия?

Чичерина:

- Я долго искала этой встречи. Нас познакомил Хирург (лидер клуба байкеров «Ночные волки». - Авт.). «Это невозможно», - он мне говорил сначала. Но я допекала... Написала песню на стихи Проханова «Русский лес», и он снизошел до меня, дал книгу - это был как сундук с камнями-самоцветами, из которых я делала песни. И «Русский лес» я пою на фронте. У нас заводится традиция сажать рожи героев в освобожденных регионах. На дереве - табличка с именем.

НЕ ЗВОНИ МНЕ СРЕДИ НОЧИ

- Как вы работаете? Ночью звоните друг другу: «пришла идея»?

Проханов:

- Были ночи, когда я не мог заснуть от ее звонков. Это что-то ужасное. Ну, потом успокоилась, устала звонить.

- Как в песне «Отбойный молоток»?

Чичерина:

- Мне кажется, она про меня. «В моих руках отбойный молоток. Его калибр называть я не берусь».

- Как она родилась?

Проханов:

- Русская история вся из всплесков, когда на нее наваливается чудовищ-

ная, непосильная глыба. Русь каждый раз сбрасывает ее с себя, поднимается окровавленная, изнуренная и начинает заново строить свое величие.

Их пять, таких возрождений. Первое воспето в «Слове о полку Игореве». Вторая глыба - монгольское иго. Эту плиту сбрасывали на Куликовом поле. А потом империя Петра и Пушкина получила свою глыбу, которую Наполеон притащил, - ее поднимали крестьяне на вилы, гренадеры на штыки. Но она опять пришла - уже со свастиками. Ее разбивали под Москвой в 1941-м и под Сталинградом в 1943-м. И вот снова она наваливается на нас. И мы ее опять кусок за куском отколачиваем на фронтах, куда едет Юлия.

«НОВАЯ РУССКАЯ АРМИЯ»

- Третья мировая уже идет?

Чичерина:

- Если верить пророчествам, она с Персии начнется.

- Насколько мотивированы люди на фронте?

- Солдаты? С которыми я разговаривала - хорошо мотивированы. Лучшие всего воюют пацаны, 22 - 23 лет. Кажется, они еще ребенок, а они уже такие волки. Пару лет как родилась новая Русская армия. Я видела, как все менялось. В августе 2023-го был еще прежний фронт. А в сентябре приехала - все по-другому.

- А у вас есть ощущение перелома?

Проханов:

- Ощущение трещины, которая была и до СВО, а сейчас стала шире. Одна часть общества воюет, помогает фронту и страстно желает победы. А другая - сибаритствует. Эти бесконечные услады, эскорты, икра - мерзость. Одни певцы ходят на вечеринки, а другие - едут в Донбасс, к настоящим людям. Я убежден, этих сибаритов настигнет гром.

«БЛЮДЦА» НА ДЕСЕРТ

- Почему СВО туго заходит в культуру? Были сложности с выпуском книги фронтовых поэтов, с постановкой пьес.

Чичерина:

- Потому что это шоу-бизнес. Американская модель - все продается и покупается. И заправляют там лица, которые шатали страну в 90-е. Когда они воспитают? Тех, кто снова драпанет через Верхний Ларс, когда случится беда. Они не дают хода тому, что рушит их правила. Считают, что нужна песня, не которая строить и жить помогает, а делает «общество потребления». У меня рок-концертов сейчас стало меньше, чем даже когда-то при либералах.

- Не хотят песен про войну?

- Да. Хотят «Ту-лу-ла, в голове моей пустота».

- Хорошая песня на самом деле...

- Хорошая, я ее обязательно пою и на фронте - пацаны просят. И «Жару», и «Блюдца». Это песни из беззаботного времени. Но они там - «десерт».

СВЯТОЙ МАЛЬЧИК

- Юлия, а кто вы сейчас? Артист?

- Фронтная певица.

- Там вас воспринимают как своего бойца?

- Я там довольно мощная единица.

Я вот написала песни «Послание» и «Солдат из Назарета» и поехала на фронт. И нашла обе эти истории в той же поездке - и про то, как человек взорвал себя вместе с врагами. И как 22-летний мальчик вынес 40 человек раненых. А когда побежал в 41-й раз, был убит осколком в сердце. И мальчишки, которые видели это, плакали. Святой человек, этот мальчик.

ВОПРОС - РЕБРОМ

Кто победит

- Что на фронте говорят об окончании СВО, близка она к завершению?

Проханов:

- Кто победит? Кто выйдет из потока?

Над кем взойдет победная заря?

Потомок иудейского пророка?

Наследник православного царя?

Иль ни один? Иль оба канут в вечность?

Пылает в небе огненный венец.

Горит-горит кровавый семисвечник
И капает расплавленный свинец.

Гадать об этом бессмысленно, есть в этом что-то роковое. Художник - не гадатель, он - зеркало. Он не может помешать военным кошмарам. Он может просто не убежать с этого поля боя.

Чичерина:

- Сейчас победит тот, кто первым построит новый флот, как когда-то Петр Первый. Но флот иной - космический, беспилотный. А потом, когда умрут люди, помнившие ужасы своей войны, начнется новая. Это природа человека. Но между любыми военными действиями будет мир. Обязательно.



Большое интервью с Героем Труда Прохановым сразу после присвоения почетного звания читайте на сайте



РАДИО
КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА
91,5 FM

Беседуем с теми, кому есть что сказать. Слушайте программу «Диалоги» на Радио «КП»

Сколько стоит байкальская клубника этим летом

Анастасия КУРЕНОВА

За килограмм просят до 2000 рублей.

«Байкальская клубничка! Самые сладкие сорта!», - зовет к прилавку милая женщина в фартуке. Ее соседки по торговым палаткам тоже пытаются привлечь покупателей, пытаются перекричать друг друга. Немудрено - у ягоды сейчас самый сезон, а потому конкуренция на рынке высокая. Пока осматривала таблички с названиями сортов и ценами, вокруг меня столпились несколько человек.

- Почем килограмм? - поинтересовался у продавца мужчина с сединой.

- 1500 рублей, - увидев, как изменилось выражение лица пенсионера, женщина затараторила. - Зато наша - вкусная и без химии! Возьмете ящик, сделаю хорошую скидку.

- Сами ешьте за такие деньги, - махнул рукой тот и пошел в сторону.

Женщина же в ответ пожалала плечами:

- На Волжской вообще за 2000 некоторые сорта продают, так что у нас еще выгодно.

Стало интересно, сколько стоит байкальская клубника в Иркутске, и реально ли купить ее подешевле. Чтобы ответить на свои вопросы прошлась по рядам Центрального рынка.

ГОРСТЬ НЕ УМЕЩАЕТСЯ НА ЛАДОНИ

К слову, с первого взгляда понятно, почему выращенная в Байкальске клубника настолько популярна. Во-первых, благодаря внушительным размерам - горсть таких ягод едва умещается на ладони. Во-вторых, благодаря идеальному виду. Блестит «виктория», будто сделана из воска. А пахнет! Весь воздух вокруг пропитался сладким ароматом, который



Корреспондент Полина Пшеничкова подтверждает: наша ягода - самая вкусная!

ни с чем не спутаешь. Ну, а третья и главная причина - вкус. Сочный и свежий, а в зависимости от сорта, иногда с кислинкой.

Итак, стоимость ягоды зависит от сорта и веса. Чем больше покупаешь, тем меньше платишь за литр. Отсюда простой вывод - брать оптом выгоднее. Также легко выбить скидку можно к вечеру, когда у продавцов заканчивается смена, а товар так и остался на прилавке.

Самые часто встречающиеся сорта на иркутском рынке: «Азия», «Зенит», «Рубин», «Зенга Зенгана», «Фестиваль», «Черный принц». Также встречаются «Цунаки», «Кардинал», «Ананас», «Румба», «Лорд».

500 граммов или 1 литр можно забрать за 500-750 рублей. 1 килограмм обойдется от 1000 до 1500 рублей. Цена во многом зависит от размеров и свежести ягоды. Ту, что помельче, отдают дешевле. При этом она может быть не менее вкусной.

К слову, сорт «Черный принц», который отличается темно-бордовым цветом и особенно насыщенным сладким вкусом, в некоторых местах стоит дороже - 1800-2000 рублей.

А, МОЖЕТ, В ПИТОМНИКИ?

Некоторые продавцы предлагают микс сортов за 800-1000 рублей. За эту же цену предлагают ягоду «на варенье» - немного залежавшаяся ягода, слегка потерявшая вид.

Байкальская клубника в ближайший месяц будет радовать глаз на каждом рынке Иркутска. Где еще можно приобрести сладкий источник витамина С? Немало предложений опубликовано на сайтах бесплатных объявлений, однако расценки там мало отличаются от средних.

Еще один вариант - купить клубнику прямо в Байкальске. Конечно, если будете в городе проездом. С местными фермерами торговаться намного легче. Если повезет, к вечеру вы повезете домой 5 литров «виктории» за 1500 рублей. Кстати, 18, 19 и 20 июля 2025 года в нашей клубничной столице пройдет традиционный фестиваль, где можно наесться до отвала.

Еще один вариант собрать клубнику самостоятельно - ягодные питомники. «Улов», конечно, будет не с берегов Байкала - зато добытый своими руками.

Питомник с плантацией в 2 гектара находится в Иркутском научно-исследовательском институте сельского хозяйства в живописном поселке Новолисиха. Использовать можно любую тару: ведра, банки или пакеты, главное - привезти ее с собой.

ЭКСПЕРТНО

Виктор ЧЕБУНИН, кандидат экономических наук:

«Цены завышаются искусственно»

- Фермеры и производители байкальской клубники пользуются монополизмом, ведь ягода растет только у них и, к тому же, ограниченное количество времени. Конечно, продавцы ссылаются на подорожание удобрений и т.д., но по факту происходит накрутка себестоимости в 2-4 раза. Также этому способствует внутренний туризм и расположение Байкальска у федеральной трассы. Отдыхающие могут себе позволить экономить, чем и пользуются продавцы.



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

А В ЭТО ВРЕМЯ

Что еще продают

МАЛИНА

Пока на прилавках рынков больше привозной ягоды из Кыргызстана. Небольшой контейнер с примерным весом 300 граммов обойдется в 300 рублей, ящик - в 1500. На вкус больше кислая, чем сладкая. Иркутская малина появится позже. Продавцы прогнозируют, что местной ягоды из-за погодных условий в этом году будет мало. Отсюда и цена: 500-600 рублей за литр.



ГОЛУБИКА

Исключительно краснодарская. По словам продавцов - садовая. 1000-1500 рублей за килограмм.



ЧЕРНИКА

Собрана в Выдрино, Бурятия. Из-за жары во многих местах выгорела, из-за чего ягоды мелкие. 800 рублей за литр.



ЕЖЕВИКА

Продается маленькими контейнерами по 200 граммов. Стоимость - 200 рублей. Привезена из Краснодарского края. На вкус кислая.



ЗЕМЛЯНИКА

Ягода, собранная в Баяндаевском районе Иркутской области. Из-за нашествия саранчи мелкая и зеленоватая. От 300 до 350 рублей за литр.



НАРОДНЫЙ ГЕРОЙ

«Мама, из песка торчат детские ноги!»

Регина РАХИМОВА

Старшеклассница спасла девочку от мучительной смерти во время прогулки - выкопала ребенка из песка.

Комсомолка, спортсменка и просто красавица - так можно описать 15-летнюю Дарью Метелеву из села Байкало-Кудара в Бурятии Дашу Метелеву. Ученица 10-го класса серьезно занимается дзюдо, ездит на сборы и соревнования. При этом успевает учиться на одни пятерки и четверки. В следующем году - выпускной, пора выбирать будущую профессию. Пока ее любимый предмет - информатика. Однако

теперь Даша задумалась о медицине.

ДЕТСКАЯ ЗАБАВА - СТРОИТЬ ПЕСЧАНЫЕ ЛАЗЫ

- Даша не всегда ходит со мной на пастбище, - рассказывает мама школьницы, Галина Метелева. - Летом, на каникулах, они с племянником делают вечера по очереди. В этот раз совпало все... Мы даже свернули не на ту дорогу, которой ходим обычно. Когда проходили мимо сопки, сначала заметили мальчишку в красной футболке. Он вырыл себе в песке лаз. Вроде, ничего необычного. Сколько себя помню, ребята все время строят на этой горе шалаши, крепости. «Мама, посмотри, там ноги торчат!», - вдруг закричала Даша. Подойдя ближе, Галина замерла от ужаса: из песка действительно торчали детские ноги - примерно чуть ниже колен. Все остальное тело было полностью засыпано! Стало ясно - счет идет на мгновения.

- Я попыталась потянуть за ноги - бесполезно, - вспоминает Галина. - Тогда Даша крикнула: «Откапываем лицо!». Дочь сразу поняла: главное - чтобы ребенок мог дышать, поэтому мы прикинули, где примерно может быть голова, и начали рыть в том месте.

ПОМОГ ЗАЧЕТ ПО БИОЛОГИИ

Примерно через три минуты они вдвоем откопали пальцами голову и левую руку. Потом вы-



Даша мечтала связать жизнь с информатикой, но теперь думает о медицине.

тянули девочку. Она не дышала - начали делать искусственное дыхание. Казалось, что шансов уже нет, но Даша не сдавалась. И вдруг пострадавшая распахнула глаза - огромные, голубые.

Сделала глубокий вдох. Даша с матерью осторожно усадили ее на траву, та громко расплакалась - от шока и страха.

Постепенно начала приходить в себя. Сквозь слезы она рассказала, что ее родители на работе, а дома никого. Мама и дочь взяли девочку под руки и повели домой.

Отец и мать спасенной девочки поблагодарили Дашу и Галину. А родители старшеклассницы рассказывают, что дочери такие глубокие познания благодаря зачету по биологии, хотела хорошую оценку по разделу «оказание первой медицинской помощи».

Стоит отметить, что после произошедшего местная администрация закопала все лазы и закрыла проход к песчаной горе. А Дарью наградили грамотой от имени главы Бурятии Алексея Цыденова за спасение ребенка.

Что делать, если ребенок просит что-то не по карману.

Анна КУКАРЦЕВА

По данным свежего опроса, почти половину современных родителей в их детстве травил из-за бедности и отсутствия брендовых вещей. Сейчас выросшие взрослые переживают, что подобное может случиться и с их детьми - ведь в окружении всегда есть кто-то, у кого более дорогие телефоны, более брендовая одежда и более экзотичный отдых. Никому не хочется, чтобы над ребенком насмеялись сверстники, дразня, что он хуже всех.

- Буллинг, связанный с материальным положением семьи, давно перестал быть просто школьной «мелочью», - говорит

психолог **Елизавета Владимировна**. - Личность подростка формируется не только на уроках, но и через сравнение себя с ровесниками, в том числе и через вещи. В этом возрасте финансовый буллинг выходит на первый план. У тебя не крутой смартфон? Не носишь определенный бренд или не пользуешься популярной игровой приставкой - рискуешь мгновенно оказаться «за бортом» социальной группы. Конечно, это обескураживает родителей. С одной стороны - желание оградить

ребенка от боли и изоляции. С другой - осознание, что удовлетворять всевозрастающие запросы невозможно, к тому же это формирует ложные ценности.

Понятно, что нередко просьбы ребенка о покупке - насущная необходимость. Ведь действительно нужны, например, удобная, недорогая обувь для спорта, ортопедический рюкзак для здоровья спины или телефон с хорошей камерой для творчества. Нужно отличать эти реальные потребности от давления брендов и социума.



***Модная у подростков игрушка-брелок, цена на оригинальные модели достигает нескольких десятков тысяч рублей.**



- Без настоящей Лабу* мне на улице не показаться!

Как отказать и не навредить

- Родители часто боятся, что отказ в покупке нужной вещи усугубит ситуацию или повредит самооценке ребенка. Важно помнить: умение грамотно говорить «нет» - часть здорового воспитания, которая закладывает основу адекватного отношения к материальным благам и своей ценности вне зависимости от внешних атрибутов, - отмечает психолог.

● Признаем чувства

Важно дать понять: вы слышите и понимаете боль ребенка.

Правильные фразы: «Я понимаю, как тебе неприятно, когда кто-то смеется или дразнит».

Неправильно: обесценивать - «это ерунда», «все через это проходили». Даже если лично вам ситуация кажется надуманной.

● Честно - о возможностях семьи

Объясните ребенку финансовые ограничения не с позиции «мы бедные», а через ценности и приоритеты семьи: «У нас сейчас нет возможности купить эту вещь. Нам важ-

нее накопить на твоё обучение в вузе. Увы, иногда в жизни мы что-то не можем себе позволить. Но это не делает тебя хуже». Не забывайте подчеркивать значимость младшего члена семьи: твоя ценность - не в том, какие у тебя вещи.

● Альтернативы - показать, что ценность не в вещах

Обсудите вместе: можно ли подобрать не такой дорогой, но функциональный аналог?

Или, возможно, договориться, что вещь появится позже, когда вы вместе накопите. Для этого можно составить план экономии, у вас будет совместное достижение цели - от этого ценность вещи в глазах ребенка еще возрастет.

● Совместная стратегия - укрепление доверия

Обсудите план: что делать, если вдруг снова возникнет такая ситуация.

Вместе проговорите возможные ответы, подумайте, кому можно довериться в школе: классному руководителю, школьному психологу, хорошему другу.

Как вести разговор

- И для взрослого, и для подростка важно научиться проговаривать свои чувства, эмоции, - говорит эксперт. - Научитесь и сами открыто говорить о своих чувствах, тогда и сыновья, и дочери не будут стыдиться рассказывать о сложностях в коллективе.

Родителям важно спрашивать не только «Что ты хочешь?», но и «Почему это важно?» - тогда разговор становится глубже, и ребенок чувствует поддержку.

Примерные наводящие вопросы:

✓ «Почему тебе важно иметь именно эту вещь?»

Попросите описать причину. И если в ответе звучит «у всех уже есть», «без этого меня не будут уважать» - это сигнал обратить внимание на возможный буллинг.

✓ «Что изменится, если она у тебя появится?»

Обращайте внимание не на практические, а на социальные аргументы («наконец перестанут дразнить», «со мной снова начнут играть»).

✓ «Что происходит, если у кого-то в классе нет этой вещи?»

Если ребенок рассказывает о насмешках, исключении или давлении, стоит поговорить глубже о проблемах в коллективе.

✓ «Ты боишься, что останешься один/одна без этой вещи?»

Важный эмоциональный маркер: страх изоляции гораздо важнее, чем простой интерес к вещи.

- Будьте чуткими и не обесценивайте чувства своего ребенка, даже если просьба кажется глупой. Для него в этот момент вещь - это способ чувствовать себя «своим», защищенным, - отмечает психолог Владимировна.

Если после покупки необходимой вещи ребенок начинает радоваться, уходит тревога, улучшается настроение - это подтверждает, что проблема была именно в социальной адаптации.

- Однако, если и после полученной желанной вещи ученик продолжает жаловаться, избегать школы - причина глубже, и нужна работа не только с вещами, но и с психологом, - отмечает Елизавета Владимировна.

НЕ ПРОСТО ХОТЕЛКА

Важные симптомы того, когда желание ребенка обладать той или иной вещью - реально важно, а не сиюминутная блажь:

- Школьник становится замкнутым, теряет интерес к общению с одноклассниками или друзьями.
- Появляются жалобы на физическое состояние: головные боли, боли в животе, апатия (подключается психосоматика).
- Избегает разговоров о школе или внезапно начинает скрывать, что у него «что-то не так».
- Меняется поведение: нежелание ходить в школу, пропуски, слезы по утрам, резкое снижение настроения.
- Просьбы о покупке сопровождаются фразами «меня дразнят», «надо мной смеются», «у всех есть, а у меня нет».



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Читатели рекомендуют

Книга Алексея Раншакова «Мамочек жалко!»

★★★★★ Варвара:

Спасибо этой книге - я стала меньше нервничать на тему «А вдруг с ребенком случится то, а вдруг это?». Автор - детский хирург и сам папа двоих. Мне его советы помогают больше, чем рекомендации бабушек.

★★★★★ Артем:

Нашему 2 года. Как только заболел - жена места себе не находила. Купил ей эту книгу, и она стала намного спокойнее. Почти на каждый ее вопрос там есть ответ, это действительно «руководство к ребенку».

Книгу можно заказать на shop.kp.ru и приобрести в книжных магазинах и на маркетплейсах



Почему важно не поддаваться «из жалости»

КСТАТИ

Если родители сдаются под давлением детских слез, чувство вины только укрепляется и у взрослого, и у ребенка. Ваше чадо усваивает: чтобы добиться желаемого, надо страдать или манипулировать, а родитель будет «спасать». Это замыкает порочный круг и формирует у ребенка зависимость от внешних «костылей».

Зато отказ с эмоциональной поддержкой - пример здоровых границ. Например, можно вот так: «Я понимаю, что тебе обидно - у всех есть эта вещь, а у тебя нет. Поверь, мне тоже в детстве иногда было стыдно, когда чего-то не было. Давай подумаем, Может быть, есть другой способ чувствовать себя своим в компании?»

Ребенок, которому отказали, но поддержали, в будущем легче справляется с отказами в обществе, не воспринимает их как катастрофу, а ищет выходы из ситуации.

- Через честные разговоры, поддержку и разумные границы мы можем помочь детям не только пережить буллинг, но и вырасти людьми, способными создавать общество без стигмы бедности и стыда за «отличие от всех», - говорит психолог Елизавета Владимировна.

Миллион за каждого:

МВД опубликовало список 11 самых разыскиваемых преступников России

Александр БОЙКО, Андрей ЗОБОВ

Среди них орский маньяк, монах-налетчик, глава киллеров, убийца-минер и киллер-каратист. За сведения о каждом государство обещает по миллиону рублей, а за некоторых и больше.

ПАЛАЧИ «АЗОВА»*

Первые в списке - двое командиров украинского нацбатальона «Азов»: 29-летний **Константин Немичев** (слева) и 31-летний **Сергей Величко**.



Оба этнические украинцы, они попали на кадры видеоролика с издевательствами и расправами над пленными российскими солдатами. С тех пор каратели в международном розыске и в разработке ФСБ России.

ОРСКИЙ МАНЬЯК

Более 13 лет следователи ищут 68-летнего уроженца Оренбургской области **Валерия Андреева**, который долгое время имел репутацию примерного семьянина и работал дальнбойщиком. На след Андреева силовики вышли после загадочного исчезновения 18-летней Ольги Журавлевой в 2012 году. По данным свидетелей, девушка села во внедорожник SsangYong.

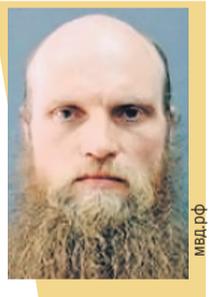
Машину нашли, обследовали и обнаружили пятна затертой крови и биологические следы сразу нескольких женщин. Все они были убиты и изнасилованы.

Андреев скрылся, следователи распутали клубок и насчитали как минимум восемь жертв орского маньяка с 2006 по 2013 год. За его поимку, кроме миллиона рублей от МВД России, еще 500 тысяч обещаны губернатором Оренбургской области.

МОНАХ-НАЛЕТЧИК

25 лет не могут найти монаха-грабителя **Андрея Кузнецова**, который был известен в Свердловской области по кличке Рыжий. Вооруженные ограбления преступник совершал в рясе и милицеевской форме. Самое громкое - в Екатеринбурге, где монах с двумя поделниками проник в квартиру торговцев из Таджикистана. Сначала несчастных связали, чтобы выбить деньги. Когда те отказались, преступники добились жертв выстрелами в голову.

После кровавого рейда Кузнецов бежал и до 2021 года скрывался под фамилиями Храмов и Осипов в Среднеуральском женском монастыре.



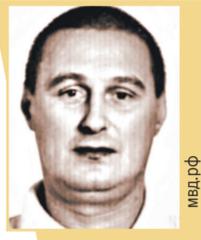
* Нацбат «Азов» признан террористической организацией и запрещен в России.

ГЛАВАРЬ КИЛЛЕРОВ ЕМЕЛЯ

16 лет скрывается от следствия 64-летний уроженец Брянской области **Николай Емельянов**. В узких криминальных кругах его знают по кличке Емеля. В 2002 году он сколотил преступную группировку, прославившуюся своей жестокостью. На службе у Емельянова была бригада киллеров, без лишних вопросов устранявших любого, кто осмелится перечить «главному». От их рук в треугольнике между Брянском, Смоленском и Калугой погибло больше 60 предпринимателей.

Благодаря связям в высших эшелонах власти преступная группировка безбедно существовала до 2013 года. Но незадолго до разгрома банды Емельянов пустился в бега и до сих пор успешно уходит от следствия.

- У него есть только один шанс избежать пожизненного: добровольно сдать правоохранительным органам, - заявил заместитель начальника управления МВД по раскрытию преступлений и сопровождению уголовных дел, вызвавших большой общественный резонанс, полковник Евгений Кузин.



УБИЙЦА-МИНЕР

23 года бегает от следствия 43-летний уроженец города Иванова **Дмитрий Мамонов**. В 2002 году в Мурманске он зарезал знакомого во время застолья на съемной квартире. История была бы банальной, если бы не извращенная фантазия убийцы. Чтобы замести следы, он заминировал труп. Провода от детонатора замкнул на звонок входной двери. Чудовищный план был прост - соседи должны позвонить в дверь, услышать взрыв и решить, что произошла трагедия. А у минера будет железное алиби.

Чтобы «вызвать» соседей на место преступления, Мамонов открыл все краны в квартире и сбежал. Соседей действительно затопило, но по той же причине план провалился - ловушка не сработала из-за воды. Соседи открыли дверь запасным ключом, увидели безумную картину и вызвали милицию.

БИЗНЕСМЕН ИЗ ЛИХИХ 90-х

Более 16 лет ищут 69-летнего уроженца Самарской области **Владимира Кириллова**. Предприниматель, привыкший «работать» в стиле 90-х, захватил земельный участок в Самаре под строительство гаражей.

Председатель городского суда Любовь Дроздова признала действия бизнесмена незаконными. Вместо того чтобы смириться и вести бизнес по-честному, Кириллов заплатил знакомому Сергею Африкяну 100 тысяч долларов (1,5 миллиона рублей по курсу 2008 года) за убийство судьи. Преступник стрелял в женщину, когда она садилась в служебный автомобиль. Ранил, но не убил.

Неудавшегося киллера поймали, а вот бизнесмен-заказчик скрывается с 2009 года.



КИЛЛЕР-КАРАТИСТ

58-летнего **Олега Тимошенко** из украинского Кировограда полиция ищет больше 10 лет. На его счету весь криминальный букет: бандитизм, расправы, уничтожение имущества.

Профессиональный киллер одной из самарских группировок по кличке Тимоха-каратист работал как в России, так и в Молдове. Не раз был судим, много времени провел за решеткой, но отличается тем, что всегда умеет произвести на людей приятное впечатление, часто представляясь бизнесменом или спортсменом.

Сегодня убийца может подрабатывать электромонтажником или строителем. Из особых примет: на левом плече татуировки в виде паутины с пауком в центре и шита с мечом, на правом плече кельтский узор. Владеет всеми видами оружия и карате.



ТРЕТЬ ВЕКА В БЕГАХ

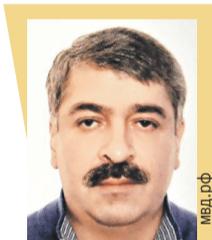
Из списка самых разыскиваемых дольше всех в бегах 55-летний убийца **Андрей Самойлов** из Челябинска - 34 года. Следователи полагают, что в ноябре 1991 года именно он зарезал челябинского бизнесмена Юрия Пестрова, его сына и невестку. Еще троих родственников Пестрова ранили поделники Самойлова.

Сначала следователи подозревали, что нападение было совершено из-за того, что Пестров продал ваучеры одной из финансовых пирамид и получил большую сумму денег. Но из квартиры ничего не пропало. А налетчик пустился в бега. Причем, вероятно, успел наследить в преступном мире еще и в 1995 году. Самойлова подозревают в ряде заказных убийств, которые произошли в Сургуте.

ПОДЖИГАТЕЛЬ

11 лет не могут найти 60-летнего **Фахрудина Махмудова**, который считается заказчиком поджога торгового центра «Пассаж» в Ухте. Пожар произошел 11 июля 2005 года, пламя быстро распространилось и заблокировало выходы. Это стоило жизни 25 посетителям, еще 11 человек получили ожоги.

Следствие быстро вышло на поджигателей - 18-летние Антон Коростылев и Алексей Пулялин на допросах указали на Махмудова. Судья заочно признал его виновным в расправах, участии в ОПГ, в хранении и продаже оружия.



ВОЛГОГРАДСКИЙ ЛИКВИДАТОР

47-летнего уроженца Волгоградской области **Владимира Шестерина** ищут 13 лет. Но его преступная карьера началась еще в 90-х, когда он был сначала киллером в Волгоградской ОПГ, а потом стал то ли высокопоставленным членом банды, то ли возглавил ее.

Но преступление, после которого бандит подался в бега, произошло в октябре 2009 года. Шестерин получил заказ на убийство вице-президента областной Федерации бокса Станислава Галкина. Раздобыв пропуск, киллер вместе с поделником проникли в закрытый поселок. Там убийца расстрелял цель из автомата и скрылся. Сообщника Сергея Зрячева удалось задержать в 2012 году - он получил 9 лет колонии.

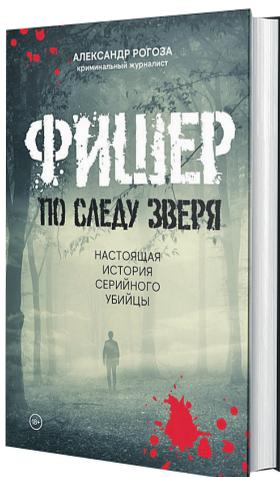


ТЕМ ВРЕМЕНЕМ

В 2025 году из списка самых разыскиваемых пропал уроженец Санкт-Петербурга Семен Ермолинский. Член известной уральской банды неонацистов входил в свердловскую ОПГ и был известен под кличкой Генри. Участники банды считали себя «чистильщиками», устраивали рейды, убивая мигрантов и наркоторговцев, всего на их счету 16 расправ.

Бандит умер, так и не попав за решетку.

Если вы видели или знаете этих людей - звоните 02 (102) или 8 (495) 031-72-14.



Покупайте на shop.kp.ru! А также в книжных магазинах и на маркетплейсах

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

Помогут ли скраб и абрикосы получить идеальный загар



Окончание.

Начало на стр. < 1.

ПИТЬЕ ВОДЫ - НЕ ПАНАЦЕЯ

- Мария, как ухаживать за кожей, чтобы избежать обезвоживания летом? Влияет ли на это питание?

- Наша кожа теряет влагу под воздействием внешней среды: солнца, ветра, сухого воздуха. Основной уход - это увлажнение снаружи с помощью эмолентов (так называют средства, которые создают на поверхности кожи защитный барьер, предотвращая испарение влаги. - Ред.) и увлажняющих кремов. Питьевой режим тоже важен. Однако, даже выпив много воды, вы не сможете решить все проблемы кожи.

Овощи, фрукты, травяные чаи - полезные компоненты рациона, но они не «увлажняют» кожу напрямую, подчеркивает врач. Их роль - поддерживать общее здоровье организма. Механизм обезвоживания кожи в первую очередь связан с потерей воды через эпидермис (то есть при испарении с поверхности кожи. - Ред.), а не с количеством съеденных арбузов.

«Для красоты нашей коже особенно нужны: рыба (преимущественно морская и не реже двух раз в неделю), растительные масла холодного отжима, семена (кунжута, льна, подсолнечника, тыквы, а не только нашумевшие чиа). Возьмите за правило съедать не менее пяти порций различных овощей и фруктов в день, не забывайте о зелени», - отмечает в книге «Под покровом кожи» Мария Журавлева.

Про мифы и правду об уходе за кожей летом «Комсомолка» поговорила с опытным врачом-дерматологом Марией ЖУРАВЛЕВОЙ.

ГЛАВНЫЕ РИСКИ СОЛНЕЧНЫХ ВАНН

- Правда ли, что скраб помогает загару лечь ровнее?

- Умеренное использование скраба до отпуска действительно поможет удалить ороговевшие клетки, и загар ляжет ровнее. Но важно не переусердствовать. Помните, что скрабы повреждают кожный барьер, поэтому с точки зрения дерматологии они скорее вредны, чем полезны.

- Чем опасны солнечные ожоги?

- Солнечный ожог - это фактически ожог 1 - 2-й степени. Клетки кожи повреждаются ультрафиолетом, что приводит к мутациям в ДНК. Именно поэтому повторяющиеся солнечные ожоги значительно, дажекратно повышают риск развития рака кожи, в частности, меланомы и базально-клеточного рака. Даже один сильный ожог в детстве увеличивает риск меланомы во взрослом возрасте. Именно поэтому детей защищать особенно важно.

- Можно ли загорать, если на теле много родинок или есть единичные, но крупные?

- Людям с большим количеством родинок, любых размеров рекомендовано избегать активного солнца. Гигантские врожденные невусы (более 15 см) стоит наблюдать у дерматолога раз в год на предмет происходящих в них изменений.

- Можно ли, находясь на солнце, избежать пигментации и веснушек?

- Полностью предотвратить появление пигментации сложно. Даже при использовании солнцезащитных средств часть ультрафиолетовых лучей проникает в кожу. Самый эффективный способ - ограничивать пребывание на солнце с 11 до 16 часов, искать тень, носить шляпы и одежду с длинными рукавами. Солнцезащитные кремы (не ниже SPF 30) и разумный солнечный режим значительно снижают риск, но не убирают его на 100%.

НА ПЛЯЖ - БЕЗ ПАРФЮМЕРИИ

- Как ухаживать за кожей после моря или бассейна?

- Достаточно мягкого очищения (душ. - Ред.),

- Шляпа шляпой, а солнцезащитный крем все равно нужен!

КСТАТИ

Лечат ли солнечные ванны кожные заболевания, например, псориаз? Такой «рецепт» часто можно встретить в соцсетях.

- Лечение псориаза ультрафиолетом (фототерапия) действительно используется, но в строго контролируемых условиях. Солнце может дать кратковременное улучшение, но неконтролируемое пребывание чревато ожогами и риском рака кожи. Солнечные ванны как «общая профилактика» - миф. Использовать их как метод лечения без наблюдения врача не стоит, - предупреждает эксперт.

Например, не мыться неделю?

- Единственный способ продлить загар - это поддерживать увлажненность кожи. Мыться нужно обязательно, это не влияет на длительность загара. Но точно не стоит злоупотреблять скрабами и жесткими мочалками - они вредны для кожи.

Анна КУКАРЦЕВА.

В ТЕМУ

Как подготовиться к отпуску

- За 2 недели до отпуска лучше прекратить использование кислот (например, во время пилинга. - Ред.) и ретинола (входит в состав некоторых кремов для очень сухой и чувствительной кожи. - Ред.), чтобы кожа не была чувствительной к солнцу. Кремы с пептидами и антиоксидантами полезны, но это не панацея. После отпуска достаточно мягкого восстановления кожи - увлажняющие маски, эмоленты, антиоксиданты, - поясняет Мария Журавлева.

БУДЬ В КУРСЕ

СМЕТАНА ПРИ ОЖОГЕ НЕ ПОМОЩНИК

- Наносить ее на кожу не нужно, - категорична косметолог, дерматолог Нона Беридзе. - Сметана, масла, жирные кремы не помогут, а способны даже навредить. Да и пантенол не доказал своей эффективности в лечении солнечных ожогов. Лучше использовать успокаивающие гелевые средства с алоэ вера.

Если чувствуете, что после нанесения крема с SPF кожа становится сухой или стянутой, то «можно использовать перед защитным кремом увлажняющий крем или сыворотку либо выбирать средства с керамидами, алоэ, аллантоином», - рекомендует доктор Беридзе.

Объявление

ОАО «РЖД» проводит аукцион № 25/8568/АР/А/Э/В-СИБ на право заключения договора аренды помещений свободного назначения общей площадью 190,6 кв. м на первом этаже производственного здания, расположенного по адресу: Иркутская область, г. Иркутск, ул. Воинская Площадка. Телефоны для связи в г. Иркутске: 8 (3952) 64-51-40, 64-45-68, 8-914-00-511-94

Реклама

РЖД

Объявление

ОАО «РЖД» проводит аукцион № 25/8569/АР/А/Э/В-СИБ на право заключения договора аренды офисного помещения площадью 60,1 кв. м в административном здании, расположенном по адресу: Иркутская область, г. Иркутск, ул. Блюхера, г. 7. Телефоны для связи в г. Иркутске: 8 (3952) 64-51-40, 64-45-68, 8-914-00-511-94

Реклама

РЖД

Представители известных фамилий становятся невероятно популярными в соцсетях. Мы разбираемся, в чем секрет успеха.

Внучка Боярского и дочка Бони пошли в звезды!

Евгения РУДИНА

Дети и внуки знаменитостей с самого детства оказываются под прицелами камер. И довольно часто используют популярность родителей как трамплин для собственной карьеры. Но некоторым и делать ничего не приходится - они сами по себе настолько яркие, что привлекают внимание подписчиков. Да и магия имен родителей им в помощь. Вот лишь несколько примеров таких историй успеха.

Личная страница Виктории Бони в социальной сети



13 лет

Дочь Виктории Бони Анджелина

После покорения Эвереста Виктория начала снимать простые семейные ролики вместе с дочерью Анджелиной. Девочку звезда родила от сына ирландского миллиардера Алекса Смерфита. Буквально за пару недель 13-летняя Энджи Смерфит покорила сердца пользователей интернета. Боня заявила, что в запрещенной сети у нее прибавилось более 600 тысяч подписчиков за 7 дней.

Анджелина - красавица и в то же время непокорный подросток со своим характером, который мама мягко пытается обуздать. Вика обсуждает с дочерью самые разные темы - от карманных расходов до мальчиков. Анджелина умная, рассудительная и спокойная, может ответить на любой вопрос. А еще девочка снимает обзоры на косметику, которую выпускает Боня. Иногда, правда, Энджи все же дает маме прикурить. Так, недавно выяснилось, что подросток продала брендовые туфли Вики в три раза дешевле, чем они стоили. А еще девочка вместе с подружкой пыталась повторить трюк с огнем из ТикТока и чуть не устроила пожар на веранде их квартиры в Монако.

Анджелина свободно говорит на английском и русском. У нее очень интересный стиль в одежде: девочка обожает эстетику нулевых. Всегда загорелая, она носит короткие шорты на низкой посадке, кружевные топы, дополняет свои образы многочисленными браслетами и цепочками, а еще мечтает проколоть пупок.

Видео Вики и Анджелины уже прозвали лучшим сериалом 2025 года. А некоторые блогеры снимают пародии на жизнь мамы и дочери.

Евгения ГУСЕВА / «КП» - Москва



Дочь Дмитрия Маликова Стефания

25 лет

Милостивая блондинка Стефания Маликова обращала на себя внимание с детства. В итоге Стеша превратилась в красавицу с хорошим вкусом. Наследница одного из самых красивых певцов России активно ведет блог в соцсетях и развивает собственный бренд одежды. Стефания рекламирует платья собственной марки, собирая с ними полноценные образы. Как фешен-инфлюенсер Маликова сотрудничает с другими модными брендами. В личном блоге у нее более 700 тысяч подписчиков.

Иногда в ролики попадают родители девушки и ее младший брат. Особенно трепетные отношения у блогера с отцом. Со звездным папой Стеша снимает забавные ролики, они вместе кривляются или танцуют на камеру.

А недавно Маликова стала лицом рекламной коллаборации известных брендов. Изображение Стефании можно увидеть на витринах более 200 магазинов по всей России.

Личная страница Стефании Маликовой в социальной сети



Личная страница Марии Шукшиной в социальной сети



Дочь Марии Шукшиной Анна

Анна - старшая дочь актрисы Марии Шукшиной от первого мужа, переводчика Артема Трегубенко. У девушки есть сын Вячеслав, мальчику 10 лет. У Анны также трое братьев - Макар, Фома и Фока (дети Шукшиной от других браков).

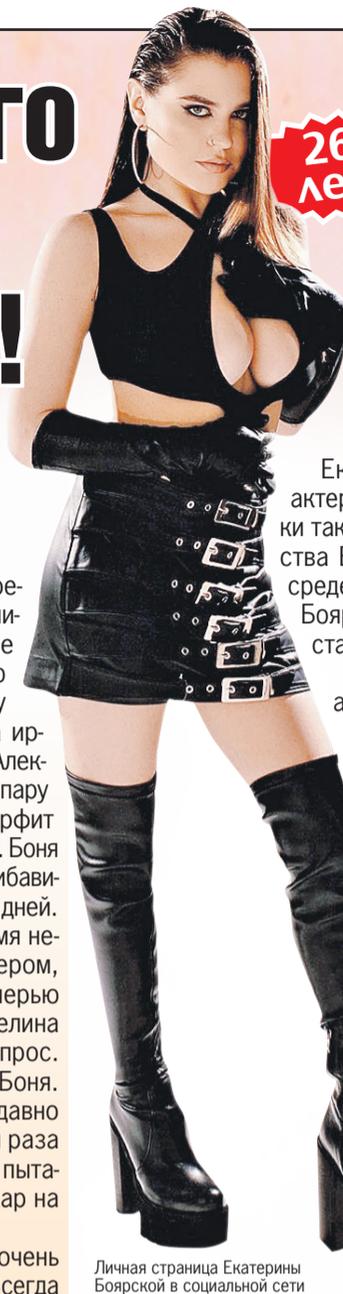
Отношения со звездной мамой у Анны не сложились. Мать и дочь уже много лет не общаются. Сама Анна в одной программе заявила, что не смогла простить знаменитой родительнице детские обиды. Мол, мать ее била, а также заставляла сидеть с младшими братьями. А когда Трегубенко продала квартиру, подаренную бабушкой Лидией Федосеевой-Шукшиной, от нее отвернулась уже сама Мария. Конфликт был связан еще и с тем, что Анна появилась в нескольких ток-шоу, на которых в подробностях рассказывала о семейных дрязгах. Мария



36 лет

Шукшина тогда заявила, что скандалы ей не нужны, и перестала общаться с дочерью.

Сама Анна превратилась в настоящего качка. Оказывается, она всегда мечтала принимать участие в соревнованиях по бодибилдингу. Результат усердных тренировок молодая женщина регулярно демонстрирует в соцсетях. Стоит отметить, что мускулам и широкой спине Трегубенко может позавидовать любой мужчина. Впрочем, не все пользователи Сети находят такое раскочанное тело красивым. Но самой Анне ее фигура очень нравится. Сейчас Трегубенко также работает тренером.



26 лет



Внучка Михаила Боярского Екатерина

Екатерина - внучка знаменитого актера Михаила Боярского. У девушки также есть младшая сестра. С детства Екатерина росла в творческой среде и увлекалась музыкой. Кумир Боярской - Бритни Спирс, и она сама стала певицей.

Екатерина уже успела выпустить альбом, который включает такие треки, как: «Биполярка», «Бывшая подруга», «Кобейн», «Забери меня из дома» и «Переболела».

Помимо вокальных данных, девушка довольно смело демонстрирует выдающиеся формы, которыми ее щедро наградила природа. Боярская не стесняется принимать участие в вызывающих фотосессиях и показывать свои прелести. Также Екатерина регулярно делится своими фотографиями в бикини.

Разумеется, мимо сексапильной красоты с пятым размером груди не смогли пройти пользователи интернета. Одни восхищаются

Личная страница Екатерины Боярской в социальной сети

женственностью Екатерины, другие, как это часто бывает, критикуют. Внучка д'Артаньяна даже жаловалась, что ее хейтили из-за большого бюста и упрекали чуть ли не в пластике. Хотя невооруженным глазом видно, что у Екатерины все натурель!

Дочь Оксаны Самойловой Лея

10 лет

У Оксаны Самойловой и Джигана четверо детей: Ариела (13 лет), Лея (10 лет), Майя (8 лет) и Давид (5 лет). Популярный блогер почти всех своих отпрысков показывает на видео, но пользователи интернета уже давно отметили, что самая непосредственная, харизматичная и непослушная из большого семейства - это Лея. Девочка часто улыбается и строит смешные рожицы, причем делает это не специально.

Родители называют Лею девочкой-бурей. У нее есть особый дар - все время находить приключения. Однажды Лея даже застряла головой в заборе. Забавные ролики с участием дочки звездные родители регулярно публикуют в соцсетях под хештегом #ЛеяТакаяЛея.

При этом Лея хорошо учится в школе, она отличница. У девочки добрый и мягкий характер, она любит сестер и брата. Недавно малышка призналась маме, что когда они со старшей Ариелой идут гулять, то она почти все свои карманные деньги тратит на сестру. Кстати, у Леи есть домашнее прозвище - Барсук-медведь, так как она обожает сладкое.



Личная страница Оксаны Самойловой в социальной сети

МИСС ГОСАВТОИНСПЕКЦИЯ



Наталья Пенто, Иркутск:

- Капитан внутренней службы, старший референт группы информации и общественных связей Восточно-Сибирского ЛУ МВД России на транспорте. В детстве мечтала стать журналистом, и поехать работать в горячую точку. Тогда как раз шла Чеченская кампания. В итоге стала журналистом в погонах. Чтобы оперативно рассказывать о работе транспортной полиции Прибайкалья, нужно быть в курсе всего происходящего 24 часа в сутки и 7 дней в неделю.

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



АНЕКДОТЫ КАЖДЫЙ ДЕНЬ

- Что такой хмурый?
- Вчера мрачный договор заключил.
- Может, брачный?
- Юридически да.

В России действует программа помощи садоводам. Если вы не косили траву на своем

участке дольше трех лет, то вам ее скосят бесплатно. И даже заасфальтируют огород, построят вместо вашей халупы челоуейник...

Объявление. Шоколадная фабрика приглашает на работу сотрудников с сахар-

ным диабетом.

Программы новостей не следует транслировать в вечернее время. После них заснуть невозможно, а утром надо вставать на работу.

Включил в стиральной ма-

шине режим отжима, и она отжала у меня несколько носков. Теперь приходится ходить в непарных носках. Буду всем говорить, что это стильно.

- О, Малыш, я самый больной в мире Карлсон... Скажи, не найдется ли у тебя дома баночка варенья?

- Конечно-конечно!

Карлсон заметно оживился:

- А дрожжи?! Дрожжи есть?

В детстве нам часто говорили: «Вырастешь - поймаешь».

Кто-нибудь помнит, о чем спрашивал?

- Как тебя вообще земля носит?

- Как украшение!

- А если у меня парашют не раскроется?

- Укладчик парашютов не получит премию.

- Я теперь знаю, почему англичане такие заядлые любители чая!

- И почему же?

- Я их кофе попробовал!

В семье Ивановых было твердое правило: один день за продуктами ходил муж, другой - жена. Так и жили, день пили, день закусывали.

Отвалите от меня со своими советами, я сама знаю, как все испортить.

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

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

СУДОКУ ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА

1

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

ПРОСТОЙ

2

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

СЛОЖНЫЙ

Ответы на sudoku

1

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

2

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

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

Прогноз погоды на завтра, 29 июля

	ночью	днем	
Иркутск	+15...+20	+24...+27	Давление 718 мм рт. ст. (норма для июля - 723)
Бодайбо	+13...+17	+18...+20	Относительная влажность воздуха 37%
Братск	+15...+19	+22...+24	(норма для июля - 69%)
Ербогачен	+13...+17	+18...+22	Ветер северо-западный, 1-2 м/с
Тайшет	+14...+21	+25...+28	Восход - 05.19
Усть-Илимск	+15...+19	+22...+24	Закат - 20.59
			Луна растет

СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!

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

Звоните нам!

(495) 777-02-82

Ваше мнение
для нас важно!

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор,
генеральный директор
Олеся Вячеславовна
НОСОВА.

Автор современной
версии издания -
Владимир Николаевич
СУНГОРКИН.

Ведущий
редактор номера
Н. АНДРЕАССЕН.

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

Индексы П1101, ПМ976
Тип. № 128.
Время подписания московского
выпуска по графику - 20.30,
фактически - 20.30
Отпечатано в ООО «Типография
КомПресс-Москва».
Адрес: Нагорное шоссе, д. 2,
Московская обл., г. Химки, 141407.
ISSN 0233-433X

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

Тираж этого номера: 159 332 экз.

Рекомендуемая цена - 25 руб.

© АО ИД «Комсомольская правда», 2025.
Размещенные в газете материалы
не подлежат использованию
другими лицами в какой бы то ни было
форме без разрешения правообладателя.
Приобретение авторских прав: (495) 970-19-51.

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

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

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

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

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