

Как мы  
прожили  
2025 год?

Вспоминаем самые яркие события

Читайте на стр. 2 - 3 ▶



РАДИО  
комсомольская  
ПРАВДА

Говорит  
Новосибирск!

Обсуждаем главные новости родного города.  
Телефон прямого эфира (383) 289-99-33  
[radiokp.ru](http://radiokp.ru)

8.00



КОМСОМОЛЬСКАЯ  
ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

Среда - четверг,  
14 - 15 января  
№ 1-с (27747-с)/2026 год

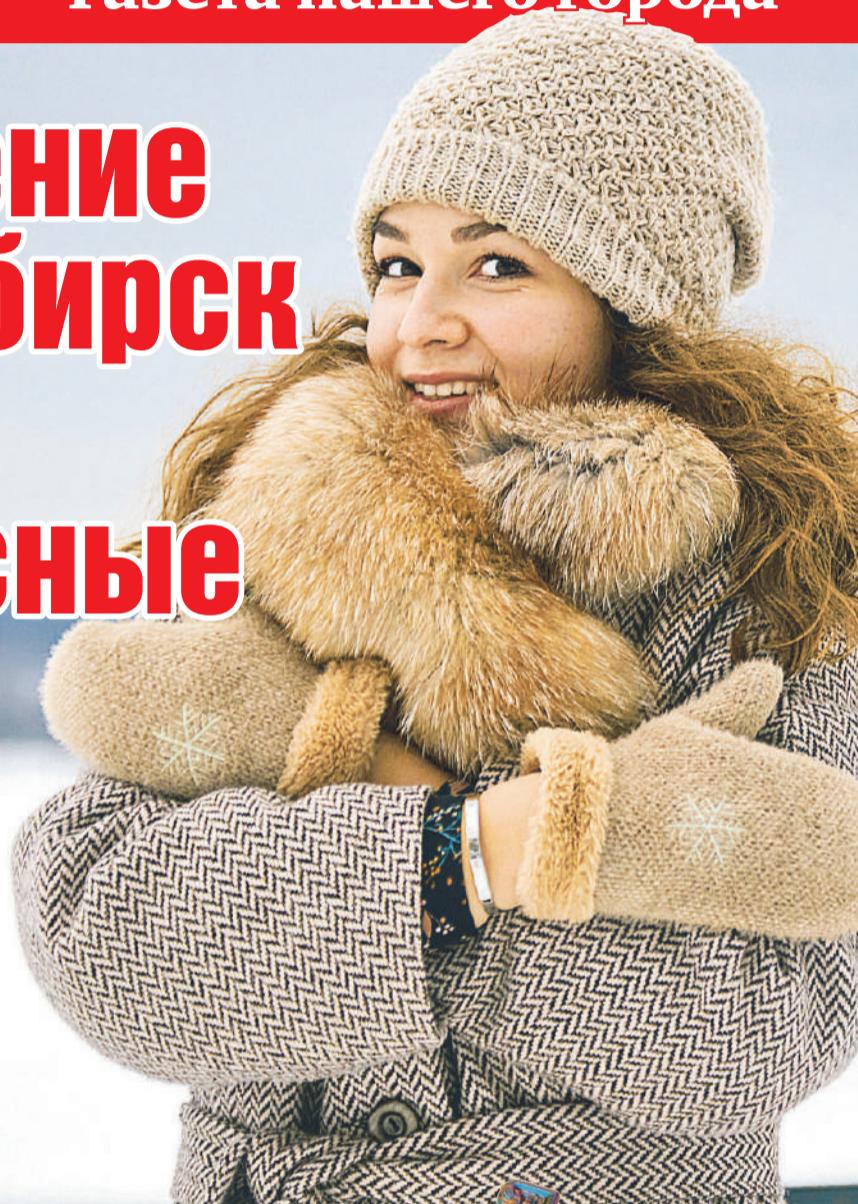
Газета нашего города

KP.RU | 3 977 000  
УНИКАЛЬНЫХ ПОСЕТИТЕЛЕЙ  
ЗА МИНУЩИЕ СУТКИ

# На Крещение в Новосибирск придут 30-градусные морозы

Синоптики  
предупреждают,  
что холода  
задержатся  
на неделю

Читайте на стр. 4 ▶



Личная страница Светланы Светиковой в социальной сети  
Николай ОБЕРГАНЧЕНКО



## Звездный беби-бум

Ирина ВИКТОРОВА

Знаменитости, которые  
стали родителями в 2025-м.

Да, не всегда песни у наших звезд удачные. Фильмы бывают слабыми, посты в соцсетях - глупыми... Но вот за что их можно похвалить, так это за решение демографического вопроса. Сколько малышей появляется в их семьях! Так держать!

За последние полгода новости о том, что знаменитости становились мамами и папами, приходили особенно часто.

Продолжение на стр. 14 ▶

## 40% года будем отдыхать

Евгений ОРЛОВ

Думаете, долгие  
праздники позади?  
А вот и ничего  
подобного!

Впереди у нас еще  
несколько мини-каникул по  
три дня.

Всего же в наступившем  
году с учетом суббот, вос-  
кресений и праздников у  
нас будет 247 рабочих и  
118 выходных дней.  
Добавьте сюда 28 дней  
законного отпуска, и полу-  
чается, что ровно 40%  
года мы с вами будем отды-  
хать!

### Все оставшиеся праздники 2026-го

Февраль							Март						
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7
9	10	11	12	13	14	15	9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22	16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29	23	24	25	26	27	28	29
Май							Июнь						
4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7
11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21
18	19	20	21	22	23	24	22	23	24	25	26	27	28
25	26	27	28	29	30	31	29	30					
Ноябрь							Декабрь						
2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7
9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20
16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27
23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31			



**Владимир НИКОЛАЕВ**

Россияне рассказали,  
что нашли  
под елочкой.

Прошли те времена, когда дарить деньги считалось моветоном! Именно их россияне в основном находили под елочкой в нынешнюю новогоднюю ночь. А еще косметику и парфюмерию. Это показало исследование «Комсомольской правды».

## Дарись оно все конем!

1 января мы задали читателям вопрос: «Что вам подарили на Новый год?» - и именно эти позиции заняли первое место, набрав по 16% голосов.

Интересно, что аксессуары и сувениры (чаще всего это безделушки с символом года - конем) дарят в два раза реже, чем те же деньги или косметику. И это правильно: мало, что ли, в наших домах бесполезных пылесборников?

А еще россияне на удивление редко покупают

друг другу подарочные сертификаты: лишь 4% опрошенных получили такой презент.

- Подарочные сертификаты никак не заслужили место в конце списка, - считает **психолог Анна Хныкина**. - В этой категории я бы выделила сертификаты «на роскошь»: спа-процедуры, сеансы ухода за телом, лицом, массажи и т. д. То есть те вещи, которые доставят человеку удовольствие, но сам он вряд ли будет на это тратиться.

Андрей СЕДОВ

А 2025-й то был отличным парнем - мощным, щедрым и даже вполне с чувством юмора. Не верите? Тогда прокрутите его за пять минут от А до Я с нашим алфавитом года. Испытайте заново главные эмоции, которые он нам выдал, не пожадничал. Можно без валидола.

**А** А - конечно, Аляска - поломавшая весь ход чертовых чаяний Запада о мире без России. Она взяла и вернулась на свою когда-то Аляску по красной ковровой дорожке, показав - разговор будет минимум на равных. Путин и Трамп не сказали вслух о будущем мира ничего, но все всё поняли. Россия на Украине не отступит и развалится скорее не она, а единый Запад.

**Б** Беспилотие - новое слово, занесенное в словарь русского языка в 2025-м и поменявшее само представление о современной войне и о жизни после нее. Без его величества дрона немыслимо теперь ни одно движение на фронте. Россия именно в этом году создала даже новый род войск - Беспилотных. А на улицах Москвы беспилотному роботу-курьеру уступил дорогу даже президентский «Аурус». Кажется, будущее наступило и не где-то на Марсе или в Нью-Йорке, а у нас. Наше будущее.

**В** Воровство резервов России сорвалось, хотя Европу от экспроприации наших 210 миллиардов евро, «замороженных» в странах ЕС, отделял даже не шаг. Сантиметры. А это, между прочим, 133 тысячи рублей в пересчете на каждого россиянина, включая детей. Хоть хватайся за сердце и ядерную кнопку. «Казус бэле (основание) для объявления войны», - громыхал в соцсетях Дмитрий Медведев. Воровство века! Удастся ли эти резервы вернуть? Неизвестно. Но они хотя бы не пошли на оружие для Украины против нас же.

**Г** Гуляйполе - бывшая столица и родина Нестора Махно, которую Российская армия под занавес года освободила в Запорожье с налета - красиво и лихо. Город маленький, но важный тем, что с его взятием станет безопасней наш сухопутный коридор в Крым. Сейчас его ширина под 100 километров, хотелось бы побольше. Все к этому идет.

**Д** Дело Долиной - стало самым скандальным и нервным, за которым следила вся страна. Потому что «схема Долиной», продавшей квартиру в Москве за 112 миллионов рублей и отсудившей ее назад под предлогом «меня заставили мошенники», так понравилась бабушкам-одуванчикам и стоящим за ними черным риелторам, что без жилья и денег остались 3 тысячи честных покупателей. Часто с детьми, влезших в ипотеку. Рынок вторички застыл (во всех смыслах) в изумлении: а так можно было? И лишь Верховный суд вернул все с головами на ноги - аристократка освобождает квартиру. Схема прикрыта.

# Как мы прожили 365 дней: От зумеров до Украины



**Е** Единый учебник истории, появившийся в 2025-м, отменил миф о России как стране с непредсказуемым прошлым. Раньше наши школьники учились по 54 разным учебникам истории, где, например, Сталинградской и Курской битвам вместе было уделено всего полстраницы (!), а Перл-Харбору и сопротивлению во Франции 6 (!) страниц. Мы сами убивали свою историю и своих героев, превознося чужих. Спасибо, что исправились.

**Ж** Жириновский обогнал по точности пророчеств Вангу и Нострадамуса, предсказав и закат Европы, и раскол НАТО, и войну в Иране, и обман Западом Украины, и уход от нее все новых территорий... При жизни Вольфовича слушали с улыбкой, а теперь - офигевая: откуда он все знал?

**З** Зумеры - оказались поколением, которого мы не знаем, свалившимся с другой планеты и заявившим о себе в 2025-м. Ну, это было как встреча с марсианами. Даже язык у них свой: кринж, краш, вайб, абьюз и чилить... Просто они не застали Советский Союз (родились с 1997-го по 2012-й), у них ноль по нему ностальгии, зато с пеленок в смартфонах и соцсетях. Они ими дышат. День без интернета для зумера - шок, а просьба начальства о переработке - тирания и повод идти к психологу. Зато без проблем носят пальто с кроссовками и верят в справедливость. Ничего, скоро они сами станут начальниками и разинут рты от следующего поколения - альфы.



Зумеры подсмеиваются над привычкой миллениалов носить носки ниже щиколотки даже зимой. Но сами могут одеваться как угодно, лишь бы было удобно.

«продолжают операцию в Курской области». Это как надо презирать свой народ, чтобы вешать на уши такую дичь.

**Л** Лувр дерзко ограбили средь бела утра, на глазах у публики, спокойно вскрыв «болгаркой» окна и витрины. В принципе, могли бы взять еще и плату с посетителей за селфи на фоне кражи года. Вынесены диадемы и ожерелья французских императриц на 88 миллионов евро. Одну корону - с золотыми орлами и 1354 бриллиантами - даже потеряли по дороге. Ерунда какая. Зато сколько шума и драйва! Через неделю грабителей задержали, но это было уже никому не интересно.

**М** MAX, хотя на его месте тут мог быть и Маск, и Миндич, и Мирный план Трампа... Но нет, MAX поставил Россию в тройку государств, имеющих собственный национальный мессенджер. Подобное есть лишь у США и Китая. Это теперь такой же признак суверенитета и продвинутости страны, как когда-то атомное оружие. Естественно, государство о нем заботится и переводит на MAX все возможное - и домовые чаты, и школьные.



Человек будет управлять Искусственным Интеллектом или наоборот - вот главный вопрос будущего. Которое уже наступило.

**Н** Нейросети и Искусственный Интеллект окончательно стали будущим Земли - неминуемым, завораживающим и опасным для самого существования человечества. Удержит ли оно ИИ в управлении или электронный мозг станет умнее и подчинит человека? Маск считает, что шансов больше у Искусственного Интеллекта. То же самое чувствует дрессировщик, сунув голову в пасть тигра... А пока нейросети в 2025 году потребили энергию на свое обучение уже больше, чем Нью-Йорк, и выпили воды больше, чем все человечество из бутылок. То ли еще будет.



# и от Овечкина до Ына

Александр Овечкин хранит все свои рекордные шайбы. А «КП» собрала все истории жизни звезды хоккея в отдельной книге.



Patrick Smith/Getty Images



Павел Садков

ЗВЕЗДА ПО ИМЕНИ

ОВИ

Детство, семья, трагедии, враги и триумфы

**О** Овечкин побил «вечный» хоккейный рекорд, забросив больше 900 шайб в матчах НХЛ и объявив ревущему стадиону в Америке: «Русские, мы сделали это, да!» «Комсомолка» выпустила книжку «Звезда по имени Ови», а наш журналист съездил в далекое мордовское село Шокша, откуда корни великого спортсмена по маме (а она - олимпийская чемпионка по баскетболу), и увидел, как там ждут «нашего Сашку», который «в деда пошел - большой и добрый» и однажды приедет на малую родину в гости. Он ведь сделает это, да?

**П** Парад Победы - главное событие в России в 2025-м. Поэтому что не только напомнило сошедшему с ума миру, кто победил Гитлера, а кто ему прислуживал. Но и собрало на Красной площади лидеров почти 30 государств - прообраз антифашистской коалиции XXI века. А по брусчатке перед ними прошагали герои СВО - бывшие новых нацистов прямо сегодня.

**Р** Рубль стал приятным удивлением года и самой успешной денежной единицей в мире, подорожав абсолютно всем валютам. А к доллару укрепившись на головокружительные 45%! И это несмотря на 19 пакетов санкций от Европы. И « mega-убийственных » санкций от США. Невзирая на падение цен на нефть... Секрет оказался прост - наши богачи теперь боятся выводить капиталы за границу. Оказывается, всего-то и надо было...

**С** Старовойт, министр транспорта, застрелился из наградного пистолета, унеся с собой множество тайн, но сохранив честное имя. Колесница антикоррупционных дел вокруг откатов на строительстве оборонительных рубежей в Курском пограничье, довела до ареста экс-губернатора

Смирнова и подбиралась к Старовойту. Но министр поставил на этом точку...

А всего за годы СВО на чиновников и военных уровня вице-губернатора, генерал-майора и выше

заведено антикоррупционных дел в 3 раза больше, чем за предыдущие 10 спокойных лет. Очищение страны идет не только на фронте, но и в тылу.

**Т** Трамп не устает поражать. Сносит бульдозерами крыло Белого дома, чтоб построить бальный зал, ходит в рейды на уличных гангстеров, заставляет генсека НАТО называть себя «папочкой» и жжет корабли Венесуэлы, но при этом терпеливо мирит Украину с Россией. Хотя мог бы раз двадцать психануть и оттаскать Зеленского за шиворот. Дай Бог ему такой энергии и на 2026-й.

**У** Утильсбор введен на ввоз в Россию автомобилей мощнее 160 л. сил. Многие иностранные марки подорожали сразу на 700 тысяч - 2 миллиона рублей. На самом деле это не только пополнение бюджета. Есть еще пара причин поважнее. Во-первых, прикрытие серого импорта машин, когда даже солидные салоны пригоняли авто на продажу под видом частных лиц. А во-вторых, принуждение иностранных автогигантов переносить производство в Россию. Тот же Китай начинал строить свой автопром похожим методом (но ставки были еще более драконовские). И поддержка АвтоВАЗа здесь, пожалуй, лишь в-третьих.

**Ф** Фронт катился в 2025-м в одном направлении - Российская армия каждый день освобождала поселок или город. Иногда по два-три сразу. К осени стало окончательно ясно - это перелом, войска Украины выдыхаются, Европа больше не в силах финансировать и вооружать Киев, как прежде, а Америка просто не хочет. Следующий год может стать либо мирным, либо победным.

**Х** Хакеры и телефонные мошенники вышли на новый уровень. Первые перешли с атак на секретную информацию, к угрозам жизни людей, парализу больницы и авиакомпаний. Вторые украли у россиян еще больше денег - 350 миллиардов (по предварительной оценке) против 295 миллиардов в 2024-м. Поможет ли с этим бороться MAX? Скорее, как доброе слово и кольцо сильнее просто доброго слова, так и здесь - нужна бдительность самих граждан, ну и плюс MAX.

**Ц** Цены в России росли в два раза (!) медленнее, чем в 2024 году, если смотреть на статистику - инфляция опустилась до 5,6%. Но если смотреть на прилавки - все не так однозначно. Продукты в среднем подорожали вдвое выше официальной инфляции, а импортная бытовая техника и электроника остались на том же уровне (спасибо курсу рубля). При этом зарплаты в России в 2025-м поднялись на 13%, опередив рост цен.

И единственное, что осталось как прежде бесценно, - любовь, семья и мечта. О прибавке к зарплате.



КНА КОНА/REUTERS



крылатых беспилотников, запускаемых к нам с Украины. По боевым дронам мы смогли опередить всех. Теперь надо первыми выстроить от них защиту.

**Ы** Ын - кто если не он? Самый отчаянный и беспощадный союзник. Он лично встречал бойцов, освобождавших Курскую область, а после послал саперов - разминировать отбитые у врага деревни.

А еще ходит с дочкой на концерты певца SHAMAN.



Ким Чен Ын встретил своих бойцов, воевавших в Курской области, обняв раненых и присвоив звание Героя отличившимся.

**Э** Элита СВО становится элитой России. Только в 2025-м 870 участников спецоперации избрались в органы власти всех уровней. Это в 2,6 раза больше, чем в 2024 году. А в наступающем 2026-м они будут штурмовать (в политическом смысле) Госдуму - ведь осенью нас ждут выборы в парламент страны. Пусть у них все получится.

**Ю** Юбилей «Комсомолки»: любимой газете страны в 2025-м исполнилось 100! Теперь это целый медиахолдинг с крупнейшим в России новостным сайтом KP.RU и одной из ведущих радиостанций - Радио «Комсомольская правда». Мы все такие же молодые и горячие, как «комсомольцы» 1920-х или 1970-х. А президент Владимир Путин наградил коллектив «КП» орденом Почета - первым российским и шестым на знамени издания. Они все - на нашей обложке, все помним и всеми гордимся.

**Я** Ялта как новая встреча лидеров «стран-победительниц» для установления нового миропорядка стала казаться неизбежной. И может произойти в 2026-м. Кто они и кого победили? Явно Россия, США и Китай, которые должны обуздать силы, сталкивающие их в третью мировую войну. После мирного договора по Украине такая встреча очень логична и вероятна.

И ее точно не было бы, не добейся русский солдат перелома на СВО в 2025-м.



Камеры заметили дети.

## «Родители на это разрешения не давали!»

**Никита МАНЬКО,  
Анастасия ТОЛСТОНОГОВА**

Прокуратура проверит школу, где обнаружили видеокамеры в туалете.

В Новосибирске ученики пожаловались на камеры видеонаблюдения, установленные в туалетах одной из школ. Подростки выложили фото в соцсетях. Мама одного из мальчиков подтвердила:

- Камеры установлены не в кабинках, они висят возле раковин. Руководство школы объяснило, что это нужно, чтобы дети не хулиганили в туалетах. Нам сообщили, что наша школа не первая, где практикуют такое.

По словам матери мальчика, никаких разрешений на установку видеокамер родители не подписывали. В руководстве школы отказались комментировать ситуацию по телефону, попросив направить письменный запрос.

- Прокуратура не давала никаких рекомендаций и указаний по установке камер. По факту публикации организована проверка, - сообщили «КП» - Новосибирск» в прокуратуре Дзержинского района.

Скандал с установкой камер в школьных туалетах возникает не первый раз. В 2024 году педагоги и родители учеников бердского лицея пожаловались на камеры в учительской, туалетах и кабинетах. Видеонаблюдение признали незаконным, после чего камеры убрали из туалетов, классов и учительской.

- Считаю, что установка видеокамер в туалетах незаконна, так как нарушается неприкосновенность частной жизни, гарантированная статьями 23 и 24 Конституции РФ и статьей 152.2 Гражданского кодекса РФ. Здесь есть признаки нарушения закона в области персональных данных по статье 13.11 КоАП РФ.

### ОФИЦИАЛЬНО

В Министерстве образования Новосибирской области подчеркнули: есть федеральные рекомендации к установке видеокамер. В соответствии с требованиями Постановления Правительства Российской Федерации от 2 августа 2019 года школы, вузы и детские сады оборудуются системой видеонаблюдения.

Камеры должны передавать съемку периметра и контролируемых зон на пост охраны.

- При организации видеонаблюдения следует определить наиболее ответственные зоны, требующие визуального контроля. В зависимости от конкретного объекта к таким зонам могут быть отнесены внешний периметр школы и школьный двор, въездные ворота, калитки и двери во внешнем ограждении. Также видеонаблюдение включает входы в здание, стоянки для автотранспорта, объекты систем подземных коммуникаций, вестибюль в зоне входа, иные зоны и помещения по усмотрению администрации, - уточнили в Министерстве образования Новосибирской области.

Родители детей могут подать иски к школе о компенсации морального вреда их детям, - прокомментировал «КП» - Новосибирск» юрист Михаил Спиридов.

### КАК ПОГОДКА?

## На Крещение город скуют морозы

Ангелина ВАЙГЕЛЬ

Холода задержатся на неделю.

Резкое похолодание, по данным Новосибирского гидрометцентра, начнется уже в пятницу.

- Днем 16 января по области ожидается -29...-34 (непосредственно в Новосибирске -31...-33), ночью похолодает до -40, - сообщается на сайте ведомства. - Снегопадов не будет.

«Яндекс. Погода» также прогнозирует похолодание: 16 января - до -28 днем и до -38 ночью. 17 и 18 января, по данным сервиса, ожидается -29...-32 днем и до -37 ночью. В крещенскую ночь сервис обещает -26.

Дальнейший прогноз на сервисе «У зонта» таков: в субботу и воскресенье будет -28...-30 днем и -40 ночью. А в понедельник ожидается -33.

По данным сервиса **Gismeteo**, самый морозный день ожидается в пятницу: столбик термометра в этот день опустится до -33, а ночью до -39. В выходные также будет холодно: -31...-32 днем, до -37...-38 ночью. Почти до -40 опустится температура и в крещенскую ночь. Причем задержатся морозы почти на неделю, до следующих выходных: после Крещения потеплеет совсем немного.



В праздник сибирякам придется одеваться потеплее.

### КСТАТИ

## Где будут купели?

Всего официальных купелей планируется пять.

- ✓ Октябрьский район - в микрорайоне Европейский Берег
- ✓ Ленинский район - в микрорайоне Затон
- ✓ Советский район - на пляже «Бумеранг»
- ✓ Центральный округ - на озере Жемчужина Сибири
- ✓ Калининский район - на озере Спартак



Эксклюзив  
уже не раз побеждал  
на выставках.

### ■ НУ И НУ!

## Любит сидеть на коленках и играть с кроличьей лапкой

**Никита МАНЬКО**

Новосибирского кота признали самым красивым в мире.

Хвостатый Эксклюзив породы британская короткошерстная возглавил предварительный топ Международной федерации кошек World Cat Federation за 2026 год: жюри выбрало его в онлайн-голосовании.

- Наш Эксклюзив впервые попал в рейт-

инг после международной выставки кошек, которая прошла в Новосибирске 5 и 6 января. Вся наша семья радовалась этому! Для Эксклюзива это не первая победа: в 2024 году он стал чемпионом мира среди кошек по системе World Cat Federation. Мы ездили с ним на выставки в России, Беларусь и Казахстане,

Pearl Bridge Ольга Приваленко.

Эксклюзив живет в семейном питомнике Ольги с другими кошками. По характеру он флегматик: днем спит, но при появлении хозяев любит запрыгнуть на коленки и попросить ласки. Хозяева кормят британцев сырым мясом и специальным сухим кормом.

- Существует миф, что британская порода более злая, агрессивная. Я показываю, что

чистокровные британцы очень контактные, дают себя погладить, ведут себя как плюшевые медведи. Не нужно бояться их заводить, - добавляет Ольга. - Эксклюзив вообще не дерется и ничего не портит - само спокойствие. Его любимая игрушка - кроличья лапка.

Красоту же Эксклюзиву обычно наводят перед выставками - за это отвечает профессиональный грумер.

## Советы от экспертов «КП»:

Как правильно выходить из затяжных праздников.

Анна КУКАРЦЕВА

Перед новогодними праздниками мы все рассчитывали, что длинные каникулы помогут хорошо отдохнуть, расслабиться. Но многим этих 12 дней не хватило, а кто-то, наоборот, «передозировался» и с нетерпением ждет выхода на работу. Как бы то ни было, длинные выходные явно выбили всех из колеи. **Как вписаться в рабочий ритм мягко и плавно, объясняет психолог, гештальт-терапевт Елена Масолова:**

- Мы, психологи, постоянно наблюдаем, что люди не могут соблюдать баланс, - говорит наш эксперт. - Как очень сложно входить в от-



Елена  
Масолова.

# Простись и пой!

## ЧТО НА РАБОТЕ

дых, будто рабочие проблемы наступают на пятки, так и выходить из отдыха совсем непросто. Как будто у нас всех сломан «тумблер переключения». По-хорошему, готовиться к выходу из отдыха нужно заранее, дня за 2-3 как минимум. И для начала вернуть режим сна - ложиться и вставать хотя бы примерно в то же время, что и на работу. Но можно начать и с понедельника.

**1 Начните с легких дел.** В первый день после выхода на работу не нужно ставить себе сразу сложные задачи, не стоит нагружать себя большим количеством задач. Входите в рабочий процесс постепенно. Не стоит на первый рабочий день планировать ответственных встреч, переговоров, совещаний.

**2 Напишите план ручкой.** Дела, даже простые, по возможности лучше отложить на вторую половину первого рабочего дня. Просто разберите стол, выкиньте старые ненужные бумаги. Напишите примерный план, дела до конца недели. Ручкой! Психологи отмечают, что именно написанные ручкой вещи запоминаются лучше, укладываются в голове в более логичный план. Да и, как ни странно, успокаивают.

**3 Почаще вставайте и прогуливайтесь.** Первые несколько дней попробуйте делать себе побольше перерывов - раз в 2 часа просто встать со стула буквально на 10-15 минут. Это поможет не чувствовать перегруз. В целом в первые рабочие дни старайтесь без особой необходимости не оставаться на работе после окончания ра-

бочего дня. Лучше немного погуляйте (например, выйдите из транспорта на парктройку остановок раньше и прогуляйтесь до дома пешком).

**4 Даже отдых нужно планировать.** Внесите в недельный план отды - если что-то не успели сделать в праздники, но что можно успеть вечером в будни. Или в первые выходные.

**5 Не перенапрягайтесь.** В первую рабочую неделю очень активных дел не планировать. Лучше побыстрее вернуться в уют дома, почитать книгу, принять расслабляющую ванну. То есть замедлиться после рабочего дня, чтобы выровнять этот самый баланс входа в рабочий ритм.

Адаптация к рабочему ритму после длительных праздников обычно занимает от трех до пяти дней. И чем резче будет переход между праздниками и трудовыми буднями, тем сильнее будет стресс от наступивших перемен.

Поэтому в первые рабочие дни нужно поберечь свою энергию, чтобы этого стресса избежать и получить в дальнейшем большую эффективность.

## В ТЕМУ Питайтесь дробно и разнообразно

После обильных застолий важно вернуться к привычному питанию.

- Не надо устраивать себе ограничений - питайтесь разнообразно, вкусно, но все-таки постарайтесь исключить то, что приготовлено во фритюре, на пережаренном масле, то есть фастфуд, - говорит **академик, главный внештатный специалист по терапии и общей врачебной практике Минздрава России Оксана Драпкина**. - А также слишком соленые продукты, копченое и острое. Но опять же не делайте эти продукты врагами, ведь в каждом есть свои плюсы и минусы. После праздничное питание должно быть частым и дробным. Пусть будут небольшие порции, но 4-5 раз в день.

По опыту наших пациентов видно, что именно дробное питание небольшими порциями

дает организму «ощущение стабильности». Его не ограничивают, поэтому можно расслабиться и не копить лишний жир. Так проще и легче уходит лишний вес.

Добавляйте в рацион больше овощей и фруктов. Например, отличный перекус - палочки сельдерея с хумусом. Или несладкий йогурт с добавлением ягод, кусочков яблок или банана.

**Неплохо было бы устроить себе легкий разгрузочный день.** Например, утром легкий омлет из одного яйца, на обед - салат с отварным мясом. На ужин - отварные или запеченные овощи.



Чем поддержать сердце и сосуды:  
врач-кардиолог раскрыл правду о неработающих средствах, опустошающих кошелек

## КСТАТИ

ВОЗВРАЩЕМ КОНЦЕНТРАЦИЮ С ПОМОЩЬЮ... ТАНЦА

В первые дни внимание довольно часто будет рассредоточенным, особенно если отдых был активным. Но вернуть концентрацию можно, доказало новое международное исследование. И не с помощью кофе, а с помощью 10-минутных активных движений. Если есть возможность - потанцуйте под активную музыку.



В идеале, если под боком спортзал, неторопливо побегать на беговой дорожке или покрутить педали на велотренажере. Если нет, то пройдите несколько маршей лестницы вверх-вниз. Подойдут отжимания от стола, приседания.



В общем, все, что можно, главное - движение. Часто нашему мозгу нужно не замедление, а, наоборот, ускорение. **Всего 10 минут умеренных физических упражнений могут заметно улучшить концентрацию, скорость мышления, исполнительные функции (планирование, контроль, принятие решений).**

Все дело в насыщении кислородом, усиливании кровотока, в том числе к мозгу. Начинают более активно работать зоны, отвечающие за внимание и самоконтроль.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

## БУДЬ В КУРСЕ

Оксана НАРАЛЕНКОВА

Как защитить себя и близких от переохлаждения и обморожения.

Зима наконец-то пришла даже в самые южные регионы России. Где-то с мокрым снегом и дождем, но на большинстве территорий - с настоящими русскими морозами. Они особенно опасны для детей и людей преклонного возраста.

Малыши часто не чувствуют холода из-за активных игр, их терморегуляция еще несовершенна, а тело быстрее остывает. Пожилые же сталкиваются с возрастными изменениями: замедлением об-

# Согревает в холода - еда!

мена веществ, снижением чувствительности к холodu и хроническими заболеваниями, такими как диабет или атеросклероз (заболевание сосудов), которые ухудшают кровообращение в конечностях.

Заведующий отделением травматологии и ортопедии Российской детской клинической больницы Александра Саутенко предупреждает: дети не всегда адекватно оценивают свое состояние. Слишком яркий румянец или ледяные руки - явный сигнал для родителей, что прогулку пора заканчивать.

Признаки опасного переохлаждения: озноб, сонливость, восковая бледность

кожи на щеках или на носу. Это значит, ребенка срочно нужно вести в тепло.

Как правильно согревать? Никакого горячего душа или грелок! Согревание должно быть постепенным, преимущественно изнутри - с помощью теплого питья и еды. Пораженные участки НЕЛЬЗЯ интенсивно растирать (в том числе на улице снегом) - переохлажденную кожу легко травмировать и занести инфекцию.

Андрей Изюмов, врач-гериатр РГНКЦ РНИМУ им. Н. И. Пирогова, объясняет, что у пожилых людей причины переохлаждения обычно другие. Люди по-

жившие, опытные, понимают, что в морозы нужно одеваться тепло. И иногда перебарывают с утеплением. Начинают потеть и, как ни парадоксально, быстрее переохлаждаются.

Советы для старшего поколения: перед выходом стоит проверять не только температуру, но и скорость ветра. Если на улице штиль - мороз ощущается легче, можно не кутаться сверх меры. Правильнее соблюдать принцип многослойности с использованием термобелья. Обязательны запасные варежки, промокшие важно вовремя заменить на сухие и теплые.

**ВАЖНО!** Выходить на улицу в морозы голодным не рекомендуется. Перед прогулкой нужен полноценный перекус. Необходимо постоянно двигаться, но если вы вспотели - лучше вернуться домой и переодеться.

Алкоголь для «согрева» исключен: он создает ложное ощущение тепла и ускоряет потерю тепла организмом. Лучше всего, согласно экспериментам, согревает жирный горячий бульон.

**ПОМНИ!** Спутанность сознания и сонливость после переохлаждения - повод для немедленного вызова скорой.

Также нужно обратиться к врачу, если после воздействия холода:

- ✓ на коже образовались пузыри с жидкостью (особенно кровянистой);
- ✓ кожа стала синюшной, багровой или покернела, чувствительность не возвращается.

«Комсомолка» спросила своих известных всей стране военкоров - Александра Коца и Дмитрия Стешина: ребята, что вам врезалось в сердце в этом году на фронте? Что поразило? Выньте, поделитесь. Получились два удивительных по силе откровения. Это надо читать и помнить - каким был 2025-й в окопах.

## Курский Рубикон

Александр КОЦ

- Труб было три: одна - рабочая, через которую в сторону Украины качался газ, две - резервные, но под давлением. Нужно было выбрать одну и начать газ из нее стравливать, - бывший глава Суджанского района Курской области Александр Богачев на моей кухне с улыбкой вспоминал начало легендарной операции «Поток». - И представляешь, мы вечером откручиваем краны, утром приезжает аварийная служба и закручивает обратно! Предупредить-то никого нельзя - операция секретная. Так и играли в кошки-мышки. Аварийщики в какой-то момент все вентили поснимали, пришлось скручивать с соседней трубы. А через месяц мне зять-газовщик говорит: «Украинская ДРГ у нас орудует. Хочет трубу взорвать, но мы бдим!»

Так начиналась новая жизнь Александра Богачева. В начале вторжения Украины в Курскую область он вместе с замом вывозил из Суджи мирных жителей. Даже когда в городе уже появился противник. В ноябре 2024-го он пал жертвой интриг - экс-губернатор Смирнов уволил его, пытаясь спустить пар в закипающем кotle народного недовольства. Беженцы тогда требовали жилищные сертификаты, Богачев их дать, конечно, не мог. А губернатору надо было «перевести стрелки».

Через три дня уволили его самого. И потом арестовали. А Саша Богачев подписал контракт и ушел в бригаду «Ветераны». Как местный он принимал прямое участие в подготовке известной теперь операции «Поток», которая сыграла огромную роль в освобождении Курской области.

Я прошагал вслед за штурмовиками от Ольговского леса до Беловод Сумской области, от Снагости до Малой Лок-

# Год освобождения

**В 2025 году российские войска добились серьезных успехов**

- Территория РФ до 24 февраля 2022 г.
- Территория, освобожденная к 2024 г.
- Территория, освобожденная в 2025 г.
- За эти города сейчас идут бои.



ни, от горькой безнадеги отступающего до задорного куража уверенно идущего вперед. Здесь кристаллизовалась вся Россия - воюющая, спасающая, помогающая, сочувствующая. За Курскую область отдавали жизни комбат 9-го полка из Калининграда Сергей Чебнев и командир отряда «Тигр» из Владивостока Сергей Ефимов. Вражескую оборону взламывали морпехи Черноморского и Тихоокеанского флотов, десантники Тулы и Уссурийска. Шесть героев тех моих репортажей (включая военкора Евгения Поддубного) были удостоены высшего звания. Один - посмертно...

Но еще больше было негромкого мужества обычных русских мужиков, в погонах и без оных. Саша Богачев, шагнувший из кабинета чиновника в блиндаж добровольца, недавно подписал свой третий контракт.

**Только что освобожденный город Димитров. Дед Мороз, отмененный на Украине, возвращается.**

Оккупация родной области стала для него Рубиконом, за которым уже невозможно вернуться к прежней жизни. Он пробовал.

И, кажется, в этом году вместе с освобождением Куршины осознание перейденного в 2022 году Рубикона пришло к тем, кто еще надеялся, что «вот сейчас договорятся и будет как раньше». Не будет. Спасибо за это русскому солдату, который с каждым километром отвоеванной земли приближает нас к настоящей «прекрасной России будущего».

## Штурмовик теперь - юноша бледный

Дмитрий СТЕШИН

Год 25-й перевернул все представления о военных действиях, вывернул микросхемами и мозгами наружу. Слом вышел настолько тотальный, что никто пока не брался переписывать военные Уставы - новое не осмыслено до конца, оно лишь ломает пересохшую корку донецкого чернозема и лезет к солнцу, на высоты до 300 - 500 метров. Именно там разворачиваются основные сражения нового этапа СВО. В «малом небе».

Никто не заметил толком, как штурмовик стал не ражий дядя с пудовыми кулаками - на загривке станковый гранатомет, в одной руке РПГ, в другой АК, в зубах нож - «финка НКВД», разумеется, купленная по промокоду у любимого военблогера. Штурмовик теперь - юноша бледный, со взглядом не горящим, а прожигающим насеквье. Пальцы у него тонкие, как у пианиста, порхают над стиками пульта управления. Семь танков и две немецкие самоходки выбил этот юноша за три часа под Красноармейском.

Если противник еще может как-то вынести присутствие штурмовика старого образца, то по юношам этим «летят все» - от «натовского» калибра 155 мм (350 тысяч один снаряд, если в рублях), до «золотых» ракет от «Хаймерса». Все прекрасно понимают: если мальчишки с пультами и 3D-очками не обрежут врагу логистику, то и штурмовые группы никуда не пройдут. И «мавики»-разведчики, сопровождающие наших штурмовиков старого образца, стали для них ангелами небесными о четырех крылах-винтах со всевидящим оком под пластмассовым брюшком. Проведут, прикроют, сбросят батарею для радио, палку колбасы «Киевская» донецкого мясокомбината, шоколадку, бутыль воды, записку от друзей и командиров...

Все переменил год 25-й. Превратил «дороги смерти» в «дороги жизни». Исчезли с обочин десятки горелых машин, вместо них появились группы зенитчиков, «ПВО малого неба». Я ездил по этим коридорам, затянутым сетями. Нырял в этот тоннель, возвращаясь из Красноармейска, и горячо благодарили тех безвестных, кто это придумал и сделал, не смотрел безучастно, как корчатся раненые в пылающих машинах. Не нашлось безучастных ни здесь, в Донбассе, ни ТАМ, в столичных штабах.

Штабы много ругали в минувшем году - за медлительность. Требовали скорее свести пилотов «малого неба» в роты и батальоны. Объявить громко о создании нового рода войск, до-

гнать противника - он подсуетился раньше. Но Москва медлила и помалкивала, выбрав самый честный и рациональный путь.

Конечно, можно было сразу сказать: «Мы создали войска БПЛА, вот фотоотчеты, наслаждайтесь!» А можно начать с реальности, с подготовки технарей, которые берут на себя процентов 50 работы «малой авиации» - чинят дроны, паяют антенны, «разгоняют» аккумуляторы. Потом нужно было сбратить в эти войска тех, у кого глаза горят при виде «птичек». Подключить «народный ВПК», чтобы слезть с китайской технологической иглы. Ну, начать слезать.

Вот так и сделали. И лишь потом объявили: «У нас новый род войск!» И вот этот момент - сначала дело, потом красивый доклад - и был главным и невиданным. Мы успели позабыть, что так бывает. Год напомнил, спасибо ему.



Самые свежие новости об СВО - в телеграм-канале военкора «КП» Александра Коца



Самые актуальные новости об СВО - в телеграм-канале военкора «КП» Дмитрия Стешина



Мария БЕРК

Поразившие  
россиян ситуации  
с недвижимостью  
в других странах -  
обычное дело.

«Казус Долиной», который, к счастью, благополучно для добросовестных приобретателей жилья разрешил Верховный суд, заставил вспомнить о том, что и за границей проблем с недвижимостью хватает. Причем на судебные тяжбы могут уйти долгие годы, а порой и закон устроен так, что он - на стороне захватчиков недвижимости.

## С ВЕЩАМИ НА ВЫХОД

80-летняя мексиканка Мария Эухения Касильяс жила на пенсии в собственном доме в Мехико. В 2017 году к ней ворвалась банда из десяти человек. В лицо Марии тыкали контрактом купли-продажи дома с якобы ее подписью, выкинули все вещи женщины и ее саму на улицу.

Пока мексиканка обращалась в полицию и суд, захватчики успели перепродасть дом. Владелица так и не дождалась справедливости, умерла. Собственность до сих пор не возвращена ее семье.

В этом году в штате Мехико была подана 1901 (!) жалоба по аналогичным поводам. По статистике, лишь троим из десяти потерпевших удается вернуть имущество.

Схемой рулят коррумпированные нотариусы, которые удостоверяют фальшивые договора, и чиновники, которые регистрируют их в госреестре. А порой у «ответственных лиц» просто не хватает компетентности, чтобы распознать фальшивки.

В ходу мошенников идут и фиктивные бумаги о наследстве, и несуществующие судебные решения. А уж когда их право удостоверено в реестре, для потерпевших начинается жуткая волокита...

В этом году власти Мехико ужесточили максимальное наказание за квартирные мошенничества - с 10 лет тюрьмы до 22 лет. Но афер пока меньше не стало.

## ЗАНИМАЙ И ВЛАСТВУЙ

В Испании прижился новый термин «окупасы», от осураг - «захватывать». Занимают чужое жилье (пустующие дома, квартиры, чьи владельцы могли просто уехать в отпуск) малоимущие, чаще всего мигранты. Год назад в Испании зафиксировали 16 500 случаев захвата недвижимости.

После кризиса 2008 года в Испании действует закон о защите уязвимых слоев, прежде всего от выселения из-за арендной неуплаты. У собственника есть только 48 часов с момента обнаружения



# Дело Долиной - еще цветочки

окупасов, чтобы вызвать полицию и выселять их.

Если срок упущен, решить вопрос возможно лишь через суд, который даст санкцию полицейским и приставам. Но если в захваченном доме поселились беременные женщины и дети, любые силовые действия со стороны полицейских - под запретом. А смена замков, попытки забрать вещи для владельца уголовно наказуемы...

Москвичка Ирина Ковальчук год назад арендовала в Барселоне помещение под апт-студию, сделала ремонт. Осенью она уезжала, а вернувшись, обнаружила: замки взломаны, окна закрашены, а внутри - десяток незнакомцев восточного типа. Две семьи окупасов с детьми заявили: «Мы будем здесь жить».

Полиция лишь разверла руки. Ирина позвала друзей, чтобы плотно побеседовать с непрошенными гостями. Окупасы согласились уйти... за 7000 евро.

- Я торговалась, но все равно сумма вышла огромная, - признается девушка.

После себя окупасы оставили мусор, поврежденную мебель, унесли бытовую техни-

ку и дорогие инструменты. Позже один из захватчиков позвонил Ирине и нагло попросил... пароль от украденного из студии мобильника: «Я съязвила, что скажу, если он даст мне 7000 евро».

Весной испанские суды обязали рассматривать дела о захвате недвижимости за 15 дней (раньше процессы шли годами). Но судьи настолько перегружены текучкой, что соблюдать этот срок не могут. К тому же окупасы затягивают процессы как могут.

## АРЕНДНЫЕ КОЧЕВНИКИ

В Германии самая распространенная мошенническая схема получила название Mietnomaden - «арендные кочевники». Арендатор заключает официальный беспрочечный (это у немцев стандарт) договор и первые пару месяцев исправно платит за квартиру. А затем прекращает оплату и отказывается съезжать.

Немецкие законы защищают граждан, для которых выселение создаст «тяжелые социальные последствия». В эту категорию заносят пенсионеров, безработных, семьи с детьми, мигрантов.



Несчастная Мария Эухения (слева) после захвата дома.

На этом поместье Карл Уэсткотт (на фото ниже - с семьей) хотел наварить \$3,7 млн.



Кэти Перри хотела жить в особняке с Орландо Блумом, но, пока шли тяжбы, актер ее бросил.

кого типа в пандемию сильно росли.

Буквально через неделю после сделки, на которой он собирался заработать \$3,7 млн, Уэсткотт потребовал ее отменить, заявив, что был недееспособен из-за сильных обезболивающих, операции на спине и обострения болезни Гентингтона (наследственное нейродегенеративное заболевание, диагностированное у него в 2015 году).

На тот момент Кэти внесла за дом лишь задаток в размере \$450 000, который ветеран хотел вернуть и получить домишко обратно. Хоть Карл клялся и божился, что особняк был мечтой всей его жизни и он только и мечтает туда возвратиться, хитрый дедушка просто решил продать недвижимость еще дороже.

Перри сделку отменять отказалась. Суд шел четыре года и в конце концов встал на сторону певицы: пусть заплатит Карлу, что должна по договору, и забирает дом.

Дееспособность Уэсткотта подтверждалась тем, что он нанимал опытного риелтора для продажи дома, сам активно вел переговоры по сделке, рассматривал несколько предложений от покупателей. Среди которых, кстати, была экс-жена Шварценегера Мария Шрайвер - но она предложила лишь \$13,5 млн...

Жадность вышла миллионеру боком: ему пришлось еще и компенсировать Перри ущерб - потерянный доход от потенциальной аренды, ремонт (за эти годы подвал был затоплен, на крышу упало дерево и так далее) и судебные издержки. В ноябре судья обязал бизнесмена выплатить Кэти \$1,8 млн.

Дина КАРПИУК,  
спецкор «КП»

# А мы едем за мужьями

**Вместо офиса - тундра и болота, вместо туфель и асфальта - берцы и промерзшая грязь... Это вахтинг!**

**В России в ходу новый термин - все больше девушек выбирают вербовку на далекую вахту вместо скучной карьеры у дома. Однако едут пахать черт-те куда не за лайками в соцсетях, а с конкретной целью - заработать и... оказаться в самом центре «рынка женихов».**

**Но так ли просто там встретить любовь?**

## СОВРЕМЕННЫЕ ТОСИ КИСЛИЦЫНЫ

Старшее поколение вообще уверено, что девушки едут на вахту не за деньгами. То ли знаменитый советский фильм «Девчата» про Тосю Кислицину так повлиял? Мол, где еще, если не там, на суровых работах, есть они, настоящие мужчины? Под фото вахтовичек в соцсетях полно комментариев: «Ага, работать она поехала. Как же, мужа искать!» или «Ради личного счастья можно и тяготы потерпеть».

Что же это за «вахтинг»? И есть ли там оно - женское счастье?

## «НА 12 ЧАСОВ ПОД ЗЕМЛЮ С СОТНЕЙ ШАХТЕРОВ....»

- Когда я два года назад поехала за полярный круг, на горно-обогатительный завод, первое время думала: «Господи, на что я подписалась?!» Никогда не буду, как в первый раз спускалась в лифте под

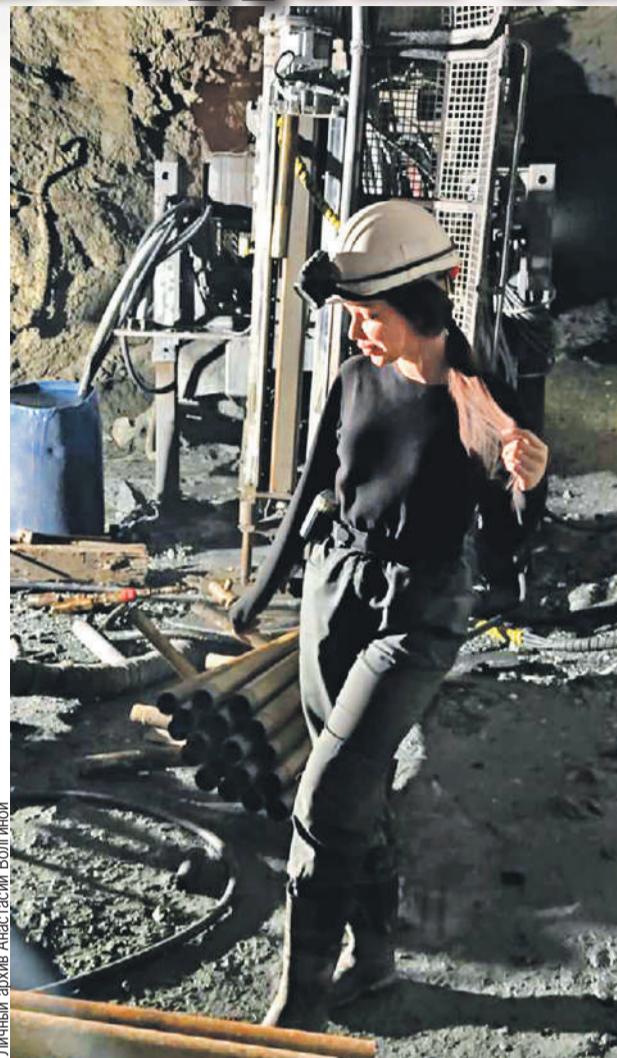
землю: одна девчонка среди сотни шахтеров. Очень необычные впечатления, - рассказывает 21-летняя Анастасия Волгина.

Насти окончила Горный колледж в Чите, и прямо с выпускного ее нашли рекрутеры из Норильска. Пригласили на работу: 2 месяца в шахте, 1 месяц дома.

- Я геолог, целый день под землей. Смена - 12 часов. Темно, страшно. Но у меня такая гордость за себя - не каждый мужчина тут выдержит. У нас на предприятии всего 5 - 7 девушек.

Насти рассказала, что коллеги-мужчины относятся к ним по-разному. Одни жалеют и помогают, чем могут. Другие принимают нахождение хрупких девчонок в таких местах как должное.

Живет Насти в 50 км от Норильска. Кроме их предприятия, здесь еще пять шахт. Это большой поселок, на несколько тысяч человек. Есть школа, спортзал, пан-



**Хрупкая Насти Волгина вкалывает в шахте. Но и наверху над ней - полярная ночь и «черная пурга». Не каждый мужчина выдержит.**

ра кафе, кальянная. В основном все жители - вахтовики.

- Мне и еще одной девчонке предприятие снимает квартиру. В этом смысле нам повезло, что не в общежитии.

- **Признавайся: была мысль, что в таком мужском коллективе проще встретить свою судьбу?**

- Конечно. Каждый свободный человек мечтает найти свою половину - не важно, на вахте или в городе. И я к этому готова. Но чтобы прямо цель поставить - нет. Пока мне еще рано. И потом, все эти вахтовые поселки - специфическое место для поиска любви, - скептически отвечает Насти.

## - Почему?

- Во-первых, на девушек здесь многие смотрят как на добычу. Думают, раз одна, то легко пойдет на контакт. Второй нюанс - много таких мужчин, которые считают: раз уехал из дома, значит, свободен. И незачем сообщать, что у него жена, дети. У нас тут даже снимали передачу «Беременна по обману»: девушка приехала искать отца своего ребенка, знала, что он здесь трудится. А он сбежал. Оказалось - женат.

Спрос рождает предложение. Насти рассказывает, что в каждом подъезде расклеены объявления от девушек легкого поведения. Так

что неверным вахтовикам здесь разгул.

- **Неужели нет свободных работающих и честных ребят?**

- Есть, конечно. Я работаю с буровиками - все очень хорошие парни, но большинство женаты, верные мужья и отцы. Свободных не так много. А главное - времени на что-то, кроме работы, почти и нет. Выходных тут мало, а зимой даже выйти на улицу страшно. Вот сейчас у нас такая пурга, ее местные называют «черная». Меня и обычную погоду здесь ветром сносит, а в такую - вообще унесет. Какие тут свидания. А с 1 декабря наступит полярная ночь! Солнца вообще не будет... Вот и получается: весь день под землей, поднимаешься - и тоже темно. Говорят, это место можно только полюбить. Не полюбишь - не выдержишь.

## - И что, ты полюбила?

- Да! Здесь такая природа, огромные белые сугробы. И северное сияние. Я, когда первый раз увидела, глазам не поверил. До сих пор каждый раз, когда домой еду, думаю - все, не вернусь. К концу вахты так устаешь, что сил нет. А потом отдохнешь и начинаешь скучать.

Насти учится в институте на заочном. Ей до диплома еще два года. Копит деньги, хочет купить машину и квартиру в Красноярске.

- Я домой через Красноярск летаю. И мне так понравился этот город, там такие приятные люди. Мечтаю переехать. Дальше планы не строю.

## «СКУЧАЮ ПО ПЛАТЬЯМ»

23-летняя Диана с прекрасной фамилией Пчела трудится в Красноярском крае. Ее вахта длится 45 дней, после

которых она на такой же срок едет домой.

- Я в геологоразведочной партии, бурим скважины, ищем золото.

- Ну и много в Сибири золота, видела его уже?

- Да, конечно! Я же описываю то, что подняли из земли. Так что первая вижу все находки.

Там, где трудится Диана, женщин много - 30% от общего числа. В основном в лабораториях и на заводе, где льют золотые слитки.

- Живу в общежитии в комнате на двоих. Есть душ, баня. Вот и все развлечения. Выходных нет вообще. Рабочий день - 12 часов.

## - Тяжелый график.

- Привыкаешь. Я успеваю даже в спортзал ходить. Мне нужно, так как я не физически работаю, а с бумагами. Здесь другая усталость - моральная. Одни и те же лица, еда, одежда. А хочется иногда надеть платье, туфли, накраситься. По платьям скучаю.

Насчет «рынка женихов» Диана солидарна с Настией - вахта очень специфическое место.

- Тут же кольца никто не носит, запрещено техникой безопасности. И как разберешься, женат он или нет? Так что я аккуратно здесь отношусь к знакомствам. Но, конечно, мечтаю встретить любовь. Знаю, есть хорошие истории, когда вахтовики заводят крепкие семьи. Потом девушки уходят в декрет, а мужья опять сюда едут, чтобы семью содержать.

- **Наверное, ты дома, в отпуске больше знакомишься с парнями?**

- Здесь тоже нюанс: мало какой парень согласится, что его девушка по полтора месяца на вахте. Но я верю, все будет хорошо. И точно знаю: если замуж выйду, то с вахты уйду. Жена должна быть дома.

- **А что родители говорят про твою работу?**

- У меня только мама, она очень жалеет, переживает, что я здесь сильно устаю. Что делать, зарплата-то хорошая, в моем городе столько не зарабатываешь. А я мечтаю путешествовать, мир посмотреть. Уже сейчас могу себе позволить съездить на море, на Байкал. Это здорово.

## КОШЕЛЕК

### Зарплаты вахтовиков в регионах России (за 2025 год)

Руб.

• Магаданская область	от 188 000
• Якутия	от 181 300
• Красноярский край (включая Таймыр)	от 171 400
• Приморский край	от 170 100
• Ямalo-Ненецкий АО	от 168 300
• Забайкальский край	от 168 200
• Хабаровский край	от 166 400

#### Приведенные зарплаты - не просто средние, а медианные.

Они более соответствуют реальности, так как при их расчете не учитывались 10% самых высоких зарплат отрасли (топ-менеджеров) и 10% самых низких - неквалифицированных работников.

#### Для конкретных профессий зарплаты могут быть значительно выше.

Например, зарплата повара начинается от 100 тысяч. А сварщика - от 200 тысяч. Есть и уникальные предложения с доходом под 500 - 700 тысяч - для врачей и инженеров-строителей высшей квалификации.



## ФАКТЫ

ОДИН  
ВЫХОДНОЙ  
В НЕДЕЛЮ.  
ИЛИ  
ВОВСЕ  
БЕЗ НЕГО

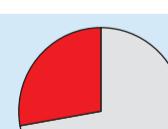
1

2

Согласно статистике, в добывающих отраслях в России, производство которых расположено в суровых климатических условиях, женщины чаще претендуют на должность инженера-конструктора (свыше 5000 вакансий за 2025 год). Среди «полевых» профессий лидируют

- геолог,
- сервисный инженер,
- геодезист.

Стандартная длительность вахты - 30 - 45 дней, после чего следует равный по времени отдых. На одних объектах за время вахты не бывает выходных вообще. На других, с долгими периодами работы, положен один выходной в неделю.



В целом женщины составляют 28% от общего числа соискателей в этой сфере.

Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

# И за запахом рублей

**«ПРОЩЕ СО СВОИМ САМОВАРОМ»**

23-летняя Дарья Лотакова уже 5-й год трудится на вахте ради своего жилья. Месяц живет в поселке, который так и называется - Вахтзавод. Это Забайкальский край. А потом месяц дома. Фото в ее соцсетях - у огромных машин, в яркой каске.

- С 18 лет на вахту езжу, - рассказывает она. - Добываю магнетит, медь, золото, серебро. Я оператор пульта управления в цеху по грузки.

- Много девушек у вас трудится?

- Нет, работа тяжелая, женских вакансий мало. На нашем участке всего пять. Зато есть даже крановщика.

Дарья рассказывает, что о такой зарплате в городе она и мечтать не может: в Чите, откуда она родом, хорошо если 40 тысяч платят, а тут - в 3 раза больше. Жилье дают, кормят бесплатно. Рабочую одежду, постель тоже выдают. До ближайшего поселка - 30 км по тайге. Вахтзавод огорожен и строго охраняется. Выход за территорию - только при крайней необходимости, так что тратить деньги негде. Из развлечений - как у всех: тренажерный зал, сауны и кинотеатр. Ноходить туда некогда.

- Каждый раз поражаюсь, когда вижу людей в спортзале, - признается девушка. - За смену так устаешь, что одна мысль - до крови доползти. Подъем в 5.00, в 9 вечера уже спать. Честно, я редко нахожу время на спорт.

- А как же все эти танцы? Посиделки? Неужели не как в кино про Тосю Кислицыну?

- Есть мастер-классы в клубе, соревнования разные. У нас огромное предприятие и, как это сейчас называют, тимбилдинг. Но праздников немногого - отмечаем только Новый год и День металлурга. И еще у нас сухой закон! Каждый день проходим алкорамку перед рабочей сменой.

- Романы-то крутят там у вас?

- Случается. Но женщинам надо держать ухо востро...

И я слушаю очередные рассказы про неверных супругов. Надо же, страна огромная, вахты по всему Северу, Сибири и Дальнему Востоку, а мужчины везде, как это мягче сказать... одинаковые.

Но Дарья приехала «со своим самоваром». Муж, как и она, трудится на том же предприятии, но в другом цеху.

- У него работа с химикатами, весь день в защитном костюме. Зато доплата за вредность.

- Какие дальние планы? Не всю же жизнь на вахте провести?

- Многие здесь и всю жизнь, если здоровье позволяет. Женщинам декретный отпуск тут дают прямо с первого дня, производство - вредное, беременным находиться опасно. Мы с мужем хотим дом купить в Иркутске, тогда уже и о детях подумаем. Супруг мой так и будет на вахту ездить, тем более что билеты нам оплачивают.

## ЛЮБОВЬ НА СЕВЕРЕ, КАК ДОМИК НА МОРЕ

Несмотря на весь скепсис, истории, когда люди находят друг друга на суровых вахтах, все-таки нередки.

- Я три года работала под Ханты-Мансийском, в столовой. Полтора года была одна, а потом встретила Максима, - рассказывает



Личный архив Дианы Пчелы



Личный архив Дианы Пчелы

Живут девушки вот в таких общежитиях.



Дарья Лотакова трудится на Вахтзаводе посреди тайги. Но все фото с вахты у нее - по-девичьи яркие!

Личный архив Дарьи Лотаковой

28-летняя Светлана Кондакова. - Он пришел к нам буровиком. Мы сразу друг другу понравились. Знаете, в таких условиях хорошо видно человека. Как он работает, на что вообще способен. Максим сразу взял надо мной опеку, вместе смотрели кино после смен, ходили в спортзал, он доставал мне фрукты. Там ведь простое яблоко - уже счастье.

- Решение жениться пришло быстро?

- Дело в том, что в общагах после 22.00 никаких посторонних. А тех, кто женат, переводили в отдельное семейное общежитие. Вот мы и расписались. Сначала ругались, куда поедем в межвахту: к нему домой или ко

мне. Я из-под Екатеринбурга. Он - из Карелии. В итоге чередовали. В Питер ездили гулять, в Москву, на море загорать. Очень романтично. Всю мечтную вахту строим планы.

Через год семейно-вахтовой жизни Светлана поняла, что беременна.

- Декретные у меня хорошие были, так что мы спокойно жили на зарплату Максима, а мои деньги отложили. И когда сын пошел в садик, я на вахту уже не вернулась. Открыла в своем городе салон макияжа. Ну а Максим еще там, в Ханты-Мансийске.

Истории этих девушек показывают: вахта - не курорт. И не брачное агентство. Это тяжкий труд и проверка на прочность. Да, здесь много мужчин, да, есть настоящие, надежные. Но слухи про «богатый рынок женихов» сильно преувеличены. Вся эта романтика соседствует с суровой реальностью: ветреные кавалеры при шальных деньгах, тоска по дому и бесконечные 12-часовые смены.

И вообще, как ни парадоксально, в этом «мужском царстве» проще встретить достойную невесту, чем жениха.



Однокий Цзинь желает познакомиться: как журналистка «КП» искала жениха из Китая и что из этого вышло - на сайте KP.RU



## СЛАДКИЕ ЦЕНЫ Дело пошло на шоколад

Юлия ХОЖАТЕЛЕВА

На бирже рухнула стоимость какао. Когда подешевеют сладости?

Цены на это лакомство за прошедший год взлетели на четверть! Всему виной неурожай у главных поставщиков какао: Кот-д'Ивуара, Ганы, Бразилии. Из-за этого ценник взлетел с \$2200 - 2500 за тонну (столько какао стоил в 2021 - 2023 годах) до \$1200 в апреле 2024 года.

Однако последние новости с бирж вселяют оптимизм - цена упала почти до двухлетнего минимума. Причина - вести о высоком урожае в Кот-д'Ивуаре, а это лидер по поставкам какао. Сейчас за тонну этого сырья просят уже меньше \$5000. Стоит ли нам ждать падения цен на шоколад хотя бы к 8 Марта?

- Сыре для шоколада, который мы ели на Новый год, было закуплено приблизительно в мае 2025 года, когда цены еще были высокими, - объясняет Сергей Кадочников, предприниматель, который более 20 лет посвятил шоколадному бизнесу. - Поэтому вряд ли в ближайшее время мы увидим сильное удешевление шоколада, так как все крупные игроки заключили контракты по высокой цене.

По словам Кадочникова, ждать более приятных цен на шоколад стоит как раз к весне. И то не на весь.

- Особо ощущимое снижение на 10 - 15% могут почувствовать любители горького и темного шоколада. А покупатели конфет с начинкой вообще ничего не ощущают: процент содержания какао в них несущественный, - заключил эксперт.

### КАЛЬКУЛЯТОР

#### Изменение цен на шоколад за год

Цена 1 кг шоколада, руб.

2024 г.

- Ноябрь 1216,69
- Декабрь 1262,51

2025 г.

- |                   |         |
|-------------------|---------|
| • Январь 1290,40  | 1328,45 |
| • Февраль 1362,55 | 1397,57 |
| • Март 1414,71    | 1448,23 |
| • Апрель 1473,30  | 1482,99 |
| • Май 1482,16     | 1514,96 |
| • Июнь            |         |
| • Июль            |         |
| • Август          |         |
| • Сентябрь        |         |
| • Октябрь         |         |



Дмитрий ПОЛУХИН/Комсомольская правда

Рост за год: + 24,5%

По данным Росстата.

Николай МЫСИН,  
автоэксперт «КП»

# Золотая педаль

Вспоминаем главные события 2025 года в нашей автомобильной жизни. И раздаем призы в ключевых номинациях.

## Лидер рынка

За что премия: за наибольшее количество проданных автомобилей.

### Номинанты

Changan, Geely, Chery и Haval - китайские компании, стабильно входящие в топ-5 лидеров рынка. В 2025-м продажи упали у всех (см. «Только цифры»), но никого вперед они не пропустили. Хотя и лидера догнать не смогли.

### Победитель: Lada

С одной стороны, АвтоВАЗ снизил объемы производства (вместо планировавшихся 500 тысяч машин сделано около 300 тысяч), временно переводил главный завод на четырехдневную рабочую неделю и вынужден мириться с падением продаж. С другой - Lada остается самой популярной маркой страны. В том числе - на вторичном рынке (см. опять же «Только цифры»).

## Прорыв года

За что премия: за наибольший рост продаж.

### Номинанты

Китайский бренд GAC - лучший в топ-20 по темпу роста продаж. BMW и Toyota прибавили 31% и 38% соответственно на волне осеннего всплеска параллельного импорта. А белорусская марка Belgee почти удвоила продажи за счет расширения линейки моделей.

### Победитель: Solaris

Но больше всех по сравнению с прошлым годом прибавил Solaris - 135%! Под этим брендом собирают «корейцев»: после ухода Hyundai на заводе в Санкт-Петербурге осталось около 100 тысяч машинокомплектов.

- Секрет успеха «Солярисов» прост - проверенные, полюбившиеся россиянам модели, хорошего качества и по доступной цене, - говорит вице-президент Национального автомобильного союза Ян Хайцеэр.



Олег РУКАВИЦЫН

## Возвращение года

За что премия: за возвращение на российский рынок некитайского бренда.

### Победитель: KGM

Победитель на безальтернативной основе - других иностранных марок, вернувшихся в Россию в уходящем году, просто не было. Это сделал лишь корейский KGM, известный ранее

Keystone Press Agency/Global Look Press.com



как SsangYong. Компания ушла из России в 2018-м из-за низких продаж. В 2025 году она реализовала всего 2,6 тысячи машин.

- Расчет на то, что россияне будут брать их машины лишь потому, что KGM - не китайский бренд, явно не оправдался. Особой разницы в качестве нет, а вот в цене - заметная, - говорит вице-президент Национального автомобильного союза

**Антон Шапарин.**

Сейчас разные модели KGM стоят от 2,5 до 6,2 млн рублей, аналогичные китайцы - процентов на 20 - 30 дешевле.

## ТОЛЬКО ЦИФРЫ

### 10 САМЫХ ПОПУЛЯРНЫХ МАРОК НА РЫНКЕ НОВЫХ МАШИН...

Марка	Продажи за 11 мес.		Динамика
	2024 г.	2025 г.	
1. Lada	399 235	298 373	-25%
2. Haval	175 613	153 802	-12%
3. Chery	144 532	97 600	-32%
4. Geely	140 080	86 309	-38%
5. Changan	100 304	61 890	-38%
6. Belgee	32 479	59 602	+83%
7. Jetour	32 252	33 045	+2%
8. Solaris	13 358	31 424	+135%
9. Omoda	46 895	27 197	-42%
10. Toyota	18 975	25 357	+34%

По данным агентств «Автостат» и «Автостат-Инфо».

## ...И СРЕДИ ПОДДЕРЖАННЫХ

Марка	Продажи за 11 мес.		Динамика
	2024 г.	2025 г.	
1. Lada	1 450 880	1 472 175	+1%
2. Toyota	587 905	585 133	-0,5%
3. Kia	357 995	351 968	-2%
4. Hyundai	292 702	327 830	+12%
5. Nissan	271 860	258 077	-5%
6. Volkswagen	251 679	245 114	-3%
7. Renault	205 015	197 931	-3%
8. Honda	184 183	192 982	+5%
9. Chevrolet	185 752	181 916	-2%
10. BMW	164 076	171 848	+5%

Дмитрий ПОЛУХИН/комсомольская правда



Полезные советы для автомобилистов читайте на сайте в специальном разделе KPRU/AUTO



## Модель года

За что премия: за прорывные показатели продаж среди моделей, продажи которых стартовали в уходящем году.

### Номинанты

- ✓ «Москвич 8» - новый флагман российской марки, поступивший в продажу в июле.
- ✓ Haval F7X - эксклюзивный кроссовер-купе, который собирают, и продают только в России.
- ✓ Omoda C7 - новинка марки, которая помогла ей остаться в топ-10 лидеров рынка.

✓ Jetour T1 - бюджетный аналог набравшего у нас популярность внедорожника Jetour T2.

### Победитель: Lada Iskra

«Искра» - первая модель полностью отечественной разработки, вставшая на конвейер за последние 10 лет. К тому же создана Iskra на новой платформе, разработка которой началась совместно с Renault.

Производство машины, занявшей место в линейке «Лады» между «Грантой» и «Вестой», стартовало в апреле, продажи - в июле (цена от 1,25 млн рублей). А уже в конце осени «Искра»

вeszla в топ-10 самых популярных моделей: в ноябре было продано 1380 штук, а с июля - больше 2145.

- Когда Renault ушел из России, считалось, что инженеры АвтоВАЗа не смогут закончить работу над новой платформой. Однако смогли! - говорит член Общественного совета при МВД **Игорь Моржаретто**. - Машина сразу же вызвала интерес у покупателей. Думаю, дальше дела пойдут еще лучше.



Юлия ПЫХАЛОВА

## Дебют года

За что премия: за уверененный старт на рынке среди новых брендов.

### Номинанты

Exlantix, ROX, BAW и Norcross - самые громкие премьеры российского рынка из числа тех, кто пришел официально. Кроме одной...

### Победитель: Tenet

Результаты Tenet впечатляют - продажи стартали лишь в августе, а к концу ноября реализовали 21 тысячу машин!

Эта машина производится в Калуге в кооперации с, как сегодня принято говорить, восточными партнерами. Успех марки - весомый довод (именно так переводится слово «Tenet») в пользу того, что заградительные пошлины действительно могут работать. Ведь, похоже, именно высокий утильсбор (пошлина на ввоз иностранных автомобилей) «помог» этим самым восточным партнерам наладить производство в России, чтобы цена машин не была заоблачной.

## ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ ИТОГИ

## Взгляд через плечо

Финальная статистика продаж подоспела только после каникул, но и по итогам 11 месяцев ясно, что наш авторынок заметно просел. В то же время просел не так сильно, как ожидалось.

Во-первых, показатели 2024 года были уж слишком хороши - результат в 1,57 млн проданных автомобилей стал лучшим с 2021-го (1,66 млн). А во-вторых, в 2025-й мы вступали с дорогими кредитами и выросшим вдвое утильсбором.

Зимой и весной падение продаж за месяц доходило до 50%. Но затем дилеры ввели солидные скидки, ключевая ставка Центробанка пошла вниз - и подешевели кредиты. Начиная с июня ежемесячно продавалось не менее 100 тысяч машин.

В итоге за январь - ноябрь было реализовано 1,19 млн автомобилей. Это на 17,8% меньше, чем в прошлом году. В январе говорили, что если продажи упадут на 20 - 25%, то результат можно будет признать успешным!

Вторичный рынок на этом фоне и вовсе вышел в плюс - на 2,7%.

- Год завершился с 1,31 млн проданных легковушек - на 16% меньше, чем в 2024-м. При этом средневзвешенные цены подрастут на 4 - 5%, это минимальный показатель за последние 5 лет! А ввоз автомобилей с пробегом приблизится к 500 тысячам штук, такого не было с середины 90-х, - комментирует **Сергей Целиков**, основатель и руководитель агентства «Автостат».

# Весь покрытый плесенью, абсолютно весь...

Оксана НАРАЛЕНКОВА

Что общего у ароматного сыра с благородной плесенью, хрустящего квашеного огурца и полезного кефира? Все эти продукты - результат работы микроорганизмов. Но те же невидимые глазу трудяги в считанные дни могут превратить батон и кабачки в источник биоугрозы. Одни бактерии синтезируют витамины и укрепляют наши сосуды, а другие производят токсины, способные нанести удар по печени и почкам. Как отличить одно от другого? Разобраться в вопросе нам помог Захар Чалый, младший научный сотрудник лаборатории энзимологии питания «ФИЦ питания и биотехнологии».

На самом деле грань между полезной для нас ферментацией и опасной порчей продуктов очень четкая.

Ферментация - это процесс управляемый и целенаправленный. Он добавляет пользы продуктам за счет их заселения благоприятными для нас, людей, бактериями. Так, наиболее полезными будут именно кисломолочные напитки - йогурты, кефир, простокваша. Они обогащены лакто- и бифидобактериями.

**Разные бактерии отвечают за синтез разных полезных веществ в нашем кишечнике. Например, они производят короткоцепочечные жирные кислоты, которые являются топливом для клеток кишечника, и даже синтезируют некоторые витамины группы В, которые мы сами производить не умеем и должны получать извне.** Все это прямо или косвенно поддерживает важное для нас здоровье сосудов, а значит, и открывает прямую дорогу к долголетию.

А вот порча - это неконтролируемое заселение продукта вредными и опасными для нас микроорганизмами.

Если мы употребляем заплесневелую еду, то ставим себя под удар целой батареи микробных токсинов. Последствия могут варьироваться от легкого дискомфорта до серьезных отравлений и болезней.

И все мы, в общем, знаем, что заплесневелые продукты нужно выкинуть. Но так иногда сложно это сделать, наблюдая единственную мохнатую точку на банке варенья или последнем в доме кусочек хлеба. Неужели безнадежно испорчен? Или можно что-то спасти?

## В ТЕМУ

### Чтобы продукт не «зацвел»

✓ Контролируйте влажность в местах, где лежат запасы съестного. Не храните продукты в полиэтиленовых пакетах подолгу, используйте контейнеры. Не ставьте горячее в холодильник, будет лишний конденсат, который любят вредные бактерии.

✓ Соблюдайте товарное соседство. Овощи и фрукты - на своих местах, нарезки - на своих, мясо и рыбу - в предназначенных для этого отсеках холодильника. Даже один заплесневелый апельсин может «заразить» соседние продукты.



## КОНКРЕТНО

### ОРЕХИ И ХЛЕБ

Их чаще всего поражают разновидности плесени *Aspergillus flavus* и *Fusarium*. Производят они афлатоксины и фумонизины - ядовитые вещества, способные повреждать печень, почки и даже вызывать мутации в ДНК.

**Что делать?** Увидели пушистые пятна или почувствовали затхлый запах - без сожалений в мусорное ведро всю пачку орешков и батон целиком, ничего не срезая.

### ФРУКТЫ

Синяя плесень *Penicillium expansum* на яблоках или грушах производит патулин - токсин, который может нанести удар по почкам, печени и иммунной системе.

**Что делать?** Срезать плесень с мягких фруктов бесполезно. Ее микроскопические «корни» (гифы) уже проникли глубоко. Лучше выбросить испорченные плоды целиком.

### СЫР

Здесь две стороны медали. Плесень *Penicillium roqueforti* дарит нам изысканный вкус дорблю, а вот пушистая зелено-черная плесень, вызванная *Aspergillus*, может быть смертельно опасна.

**Что делать?** Мягкие сыры (рикотта, творог) при первых признаках плесени

Можно ли спасти продукты, тронутые порчей? Ответ не так прост, как кажется.

## ВОПРОС - РЕБРОМ

### Срезать или выбросить?

- Скажите четко, с каких продуктов срезать плесень можно?

- Только с продуктов с твердой структурой (например, сыр), и срезать нужно много - не менее 3-5 см от пятна, - говорит Захар Чалый. - С мягких продуктов (хлеб, помидоры, йогурты) плесень нельзя убрать срезанием. Продукт надо выбросить целиком.

- А если прокипятить заплесневелое варенье или подсушить зацветший хлеб в духовке до сухарика?

- Нет. Микотоксины (то есть яды, выделяемые грибами. - Ред.) термостабильны. Кулинарная обработка может немного снизить их количество, но не гарантирует безопасности.

- Как отличить «благородную» плесень от опасной в быту? Может, мой сыр стал уже дорблю?

- В домашних условиях это отличить невозможно. Не рискуйте. Не покупали дорблю, а сыр покрылся плесенью: с твердого - срезали побольше, мягкий - на выброс.

- Может, хотя бы птицам такой хлеб можно скормить?

- Животным, птицам такие продукты давать нельзя, они ядовиты и для них.

## ЗНАЙ

### Осторожно: смертельная опасность!

Ботулотоксин типа А, В, Е (вырабатывает *Clostridium botulinum*). Летальная доза - всего 0,1 - 1 нг/кг массы тела (самое ядовитое вещество в природе, страшнее цианида и мышьяка).

Для человека весом 70 кг смертельная доза = 7 - 70 нанограммов. Смертность от него 5 - 10%, если лечение начато своевременно. И до 70% без лечения.

Где можно повстречаться с ботулотоксинами в быту:

1 Домашние консервы (огурцы, грибы, рыба, мясо).

2 Мед (опасен для детей младше 1 года).

3 Поврежденная вакуумная упаковка (рыба, колбасы).

4 Картофель в фольге (запеченный хранится меньше 4 час при комнатной температуре).

Вздутые консервы, продукты с признаками пены, пузьрей, поврежденные нарезки, застянувшиеся запеченные овощи с налетом - сразу в мусор. В мусор, даже если они «не пахнут» порчей.



Мыть курицу опасно  
для здоровья: какая еще привычка на кухне грозит отравлением - на сайте

**Вселенная очень активно отвлекала людей от земной суеты.**

Среди роя постоянных «посетителей» - астероидов, комет, метеоритов - в уходящем году к Земле прилетели уникальные гости из космоса.

«КП» вспоминает самые-самые, чьи визиты не скоро забудутся.



Владимир ЛАГОВСКИЙ,  
научный обозреватель  
«КП»

# Гости из космоса, удивившие и испугавшие нас в 2025 году

## «Карлсон» с Венеры: не обещал, но вернулся

В мае 2025 года в Индийский океан спикировал спускаемый аппарат дублера межпланетной станции «Венера-8» - сверхпрочный шар диаметром около метра и весом в полтонны. Он должен был совершить мягкую посадку на Венеру. Но не довелось - не долетел. Удивил же незваный гость тем, что спустя 53 года вернулся на Землю.

К Венере станция стартовала в 1972 году. Но из-за технических неполадок разгонный блок проработал на

минуту меньше положенного. В результате отправиться в межпланетное пространство не получилось. Спускаемый аппарат по какой-то загадочной причине остался на орбите нашей планеты.

Объект для конспирации называли «Космос-482».

Возвращение «блудного сына» прошло успешно. Никаких бед он не наделал. Хотя астрономы, прикидывая вероятные траектории сверхпрочного шара, пугали, что тот может угодить эдаким пушечным ядрам аж в Лондон. Но обошлось.



Космическая миссия сложилась по Грибоедову: летели к одной планете, попали в другую.

Александр МОЖЕЦОВ/РИА Новости

## Межзвездный пришелец 3I/ATLAS: меняет цвет и маневрирует

Объект 3I/ATLAS вызвал пристальный интерес почти сразу, как был обнаружен. 1 июля 2025 года его «разглядела» среди звезд роботизированная система астрономического обзора и раннего предупреждения ATLAS. «Пришелец» оказался межзвездным - нечто вторглось в Солнечную систему откуда-то из другой части Вселенной. Не каждый год такое случается (точнее, всего третий раз в истории науки).

Профессионалы почти единодушно придерживаются мнения, что 3I/ATLAS представляет собой комету, пусть и не совсем обычную.

Но энтузиасты подозревают: под видом кометы скрывается гигантский космический корабль. Идею подкинул гарвардский астрофизик Ави Лёб. Ученый предъявил аж 15 доводов, свидетельствующих о том, что 3I/ATLAS вполне может быть как минимум автоматическим разведывательным зондом. Мол, под комету он лишь маскируется. С целью конспирации, конечно. Чтобы обвести наивных землян вокруг пальца.

- Кометные комы - оболочки, которые фактически непроницаемы для внешнего наблюдения, вполне могут быть средствами маскировки, - не без иронии соглашаются эксперты Лаборатории солнечной астрономии Института космических исследований РАН. - Для наблюдения и сбора информации в этих оболочках могут быть сделаны технологические окна, не обнаруживаемые снаружи.

У гарвардского астрофизика есть и другие доводы.

! 3I/ATLAS двигается неестественно быстро - догнать его не в силах никакому земному аппарату.

! Прибыв в наш мир, «межзвездный пришелец» почти точно по-



Matthew Dominick/NASA

пал в плоскость, в которой врачаются планеты Солнечной системы. По очереди пролетел рядом с Марсом и Венерой. Сблизился с нашей планетой. Пролетит еще и рядом с Юпитером.

! Некоторое время «пришелец» прятался от наблюдателей с Земли за Солнцем. Зачем? Чтобы не рассмотрели как следует с близкого расстояния, подозревает Лёб.

! Уж очень ярко светится, меняет цвет (был красным, зеленым и голубым), сигнализирует рентгеновским излучением.

! Испускает реактивные струи по ходу движения и против - они очень похожи на выхлопы реактивных двигателей.

! А самое удивительное - маневрирует. Словно бы слегка корректирует свою траекторию.

С учетом всех своих доводов Лёб оценивает шансы того, что в «пришельце» нет ничего искусственного, крайне низко - как 1 к 40 000.

Что на самом деле представляет собой 3I/ATLAS? Точно пока никто не знает. Тайна скрыта в тумане, который его окружает. Но надежду на то, что мы все-таки не одиночки во Вселенной, она - эта тайна - вселяет со страшной силой.

РАДИО  
комсомольская  
**ПРАВДА**

radiokp.ru

О главных открытиях  
в мире науки -  
в программе  
«Передача данных»  
с понедельника  
по пятницу

в 22.00 (мск) на Радио «КП»

## А с чего это они зачастали?

Евгений АРСЮХИН

Почему 2025 год был так богат на визиты с небес? Аномалия какая-то? И была ли от них какая-то польза науке?

Да, 3I/ATLAS действительно необычен - даже если это «просто» комета, а не звездолет. Всего лишь третий известный ученым объект, прилетевший к нам из-за пределов Солнечной системы - после астероида Оумуамуа (тоже, кстати, нашумевшего) и кометы Борисова.

История с 3I/ATLAS научила нас как минимум двум вещам. Во-первых, мы начали понимать, что вне Солнечной системы космические тела действительно могут быть устроены иначе, не так, как мы привыкли. Во-вторых, общественность осознала, что слепо верить даже признанному ученному, «настоящему», со степенями и наградами, нельзя. Ави Лёб не производит впечатления прохиндея (да ему и не нужно). Но упорно гнет свое!

- 3I/ATLAS - классический пример сетевого хайпа. Плох тот Ави Лёб, что не наварил на ней подписчиков, - поделился мнением с «КП» руководитель Центра коллективного пользования «Международной сети телескопов для научных и прикладных задач» Института прикладной математики им. Келдыша РАН Виктор Воропаев.

Впрочем, в сетевом хайпе есть и плюсы. Видео московского метеорита моментально разлетелись по соцсетям. Это позволило ученым оперативно определить траекторию и район, где могут быть фрагменты. И именно там их в итоге нашли.

Небесное шоу запечатлели на тысячах смартфонов.



## Московский метеорит: то ли мусор, то ли нет

Ранним утром 27 октября в Москве засняли очень яркий «болид» зеленого цвета, который медленно летел, рассыпая искры. Очень похоже сходит с орбиты космический мусор - отработавшие свой срок небольшие спутники или их части, которые, сгорая в атмосфере, разваливаются на куски. «Мусорным» гостя изначально и посчитали. Но и от гипотезы, что упал метеорит, не отказались.

В Новгородской области вроде бы даже нашли фрагмент того, что летело над Москвой. Жительница частного дома в районе Окуловка продала «поисковикам» рыхлое серое тело, напоминающее пакет с цементом. Оно, по ее словам, пробило крышу дома.

Ученых не смущило, что «цемент» не прогорел. Скорее всего, предположили эксперты, он находился внутри болида. А тот изначально мог быть рыхлым и в трещинах. Мог развалиться-рассыпаться уже после того, как пролетел сквозь плотные слои атмосферы.

Другие фрагменты пока не найдены, так что окончательные выводы делать рано. Хотя метеоритная гипотеза выглядит предпочтительной - предварительный анализ показал, что «цемент» по составу напоминает челябинский метеорит.

Мораль: наша планета уязвима. А удары из космоса по ней не редкость. Хорошо, что после падения Тунгусского метеорита в 1908 году «солидные гости» больше не заявлялись. Но зачастila всякая «мелочь» по 5, 10, 15 и 20 метров. Только в декабре 2025 года относительно небольших глыб, пролетевших на расстоянии меньше чем от Земли до Луны, набралось около 20 штук. И самое неприятное в том, что о приближении их всех стало известно буквально в последний момент.

## ВОПРОС - РЕБРОМ



Личный архив Ольги Родиной

Образы звезд комментирует журналист «КП», дипломированный стилист Ольга РОДИНА.

# Экомех уже не смех

Зима щедро засыпает нас снегом. Пожалуй, не грех напомнить, что мех - самый популярный тренд этого сезона. Он покрыл буквально все: одежду, обувь, аксессуары. Звезды тоже не отстают, позволяя нам присмотреть образ-другой для себя, не повторяя их ошибок.

Грядут морозы, девочки! Срочно кутаемся в платья совчиной, в нарядные горжетки, а то и в пушистые кардиганы из синтетики.



Личная страница Ксении Собчак в социальной сети

## Алана Мамаева

Бренд дизайнера Филиппа Пляина, который обожает Россию, собрал звезд на вечеринку. В числе гостей была и блогер, которая примерила ультрамодный полушибок из натуральной лисы от Philipp Plein стоимостью чуть больше 1 млн руб. Шубку Алана сочетает с кожаным топом, юбкой мини и кожаными сапогами - тоже от Филиппа, с принтом под крокодила, за 140 тыс. руб. Плюс аксессуары - кожаная кепка, чокер и сумка с оригинальной фурнитурой, куда спокойно помещаются пальцы (183 тыс. руб.).



Philipp Plein

## Ольга Бузова

Ольга успела примерить алый полушибок, или скорее кардиган из искусственного меха. Его певица и лучшая телеведущая 2025 года по версии читателей «КП» сочетает с черными джинсами и украшениями. 2026-й будет годом Огненной Лошади, а значит, в почете все оттенки пламени.

Личная страница Ольги Бузовой в социальной сети



## Ксения Собчак

Ксения Анатольевна призналась, что в декабре она ведет мероприятия почти каждый день. Не зря говорят, что новогодний «чес» позволяет звездам заработать на год вперед. И по традиции на каждом корпоративе Собчак появляется в новых люксовых нарядах, которые подбирают ей ее известные стилисты Миша и Китти.

Мне особенно понравилось белое платье с рукавами из натуральной овчины от известного немецкого дизайнера Джил Сандер. Цена наряда - примерно 241 тыс. руб. Платье с разрезом Ксения дополнена не лодочками, а высокими сапогами на шнуровке. Плюс белая микросумка - предположу, что из кожи крокодила.

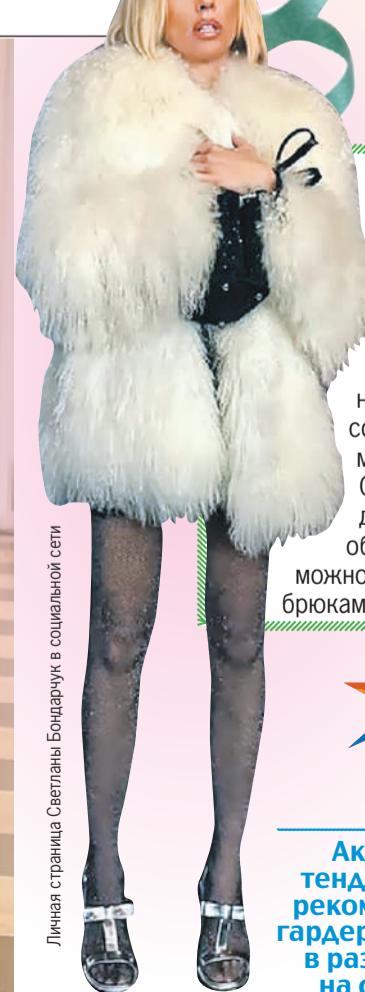


Личная страница Татьяны Брухуновой в социальной сети

## Татьяна Брухунова

В образе Татьяны мне очень нравится сочетание нежно-розового костюма от российского бренда Studio 29 (примерно 40 тыс. руб.) и зеленой горжетки из искусственного меха. Комплект молодая супруга Петросяна дополнила белыми колготками и бордовыми лодочками «kitten heel» (на маленьком «кошачьем» каблучке). И, конечно, не обошлось без сумочки Chanel из коллекции 2022 года. Сейчас в люксовых «комиссионках» такую можно найти где-то за 450 тыс. руб. Новая, похожая по фасону, будет стоить около 700 тыс. руб.

По цветовой гамме лук у Брухуновой получился эффектный. А вот прическу хочется поменять - сделать Татьяне длинное каре. Возможно, когда-то она решится на эксперименты. Ну и очки с крупными стеклами я бы поменяла на линзы.



Личная страница Светланы Бондарчук в социальной сети

## Светлана Бондарчук

Светлана и ее альтер эго Бриджит (творческий псевдоним Бондарчук) выгуляли актуальную шубку из ламы. Ее журналистка, вернее, певица Бриджит сочетает с блестящими колготками и серебристыми босоножками. Образ новоиспеченная артистка дополнила белым париком. А в обычной жизни практичную «ламу» можно носить с чем угодно - джинсами, брюками, юбками и вечерними платьями.



МОДА,  
СТОП!

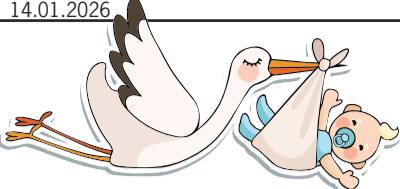
## «Мохнатое» платье

Раз речь пошла про мех, трудно пройти мимо сиреневого платья от Diesel из смесового мохера. В составе мехового наряда - ангора, смешанная с синтетикой, а значит, в нем будет не просто жарко, а очень жарко. И носить такое на голое тело я бы точно не рекомендовала. Ну разве что надеть для фото на 15 минут. Цена платья - 69 800 руб.



Актуальные  
тенденции из мира моды,  
рекомендации по подбору  
гардероба и советы стилиста -  
в разделе «Женские секреты»  
на сайте KP.RU/WOMAN/MODA

Кому из звезд уходящий год принес пополнение в семействе и какие имена знаменитости дают своим детям.


**Окончание. Начало < стр. 1.**

А в ближайшее время ждем новых радостных вестей. Например, в первые дни января должен появиться на свет сын солиста группы «Иванушки International» Кирилла

**Ида Галич** (35) Лиу родила осенью, но уже слетала вместе с ней на отдых в Турцию, а потом в Астрахань на съемки фильма. Блогер кормит малышку грудью, поэтому и в Москве иногда берет дочь на съемки. Но чаще сцеживает молоко и оставляет дочь дома с няней.

Галич описывает свой график так: «После работы - дом, дети, текст, дела и так по кругу. Сегодня меня отпустили пораньше, рабочий день был не 12, а 10 с половиной часов. Вы не представляете, как я была счастлива: успела искупать малышку, поужинать дома и даже что-то разгрысти из навалившихся задач. Самое главное - смогла отодрать себя от дивана и вышла из дома - прошла почти 8 тысяч шагов. Красота!»

В следующем году у Иды по плану свадьба с отцом дочери, бизнесменом Олегом Ледвичем. Кстати, дочь родители записали на двойную фамилию - Лия Ледвич-Галич.



- У певицы Мари Краймбрери (33) и блогера Давида Манукяна (32) родилась дочь Николь.
- У пианистки, экс-жены Армена Джигарханяна Виталины Цымбалюк-Романовской (47) - Виктория.
- Девочка у Агаты (36) и Петра Дранги (41), ее имя пока скрывают.

**ДЕВОЧКИ**

Туриченко (42) и его жены Дарьи Тарасовой (38).

Мы решили вспомнить, кто из звезд стал мамами и папами в уходящем году и какие имена родители выбрали своим детям.

**Актриса Лиза Моряк** (30) с мужем, продюсером и режиссером **Сариком Андреасяном** (41), в конце года вывели двух дочек на красную дорожку на премьере папиного фильма «Простоквашино» 6+. Родители позировали с полугодовалой Шарлиз и двухлетней Элизабет.

Андреасян жену обожает, балует подарками, оплачивает помощниц. Без которых маме-артистке никак, ведь она снимается в фильмах мужа.

Лиза мечтает еще родить близнецов и стать многодетной мамой. А Андреасян делится мыслями: «Быть мамой и папой - большое счастье, большая ответственность, от которой получаем большое наслаждение».

- КТО ЕЩЕ?**
- У певицы Мари Краймбрери (33) и блогера Давида Манукяна (32) родилась дочь Николь.
  - У пианистки, экс-жены Армена Джигарханяна Виталины Цымбалюк-Романовской (47) - Виктория.
  - Девочка у Агаты (36) и Петра Дранги (41), ее имя пока скрывают.



Личная страница  
Валентины Ивановой  
в социальной сети



Даниил  
Опарин/  
«КП»  
- Москва

**Певец и бизнесмен Тимати (Тимур Юнусов, 42)** и блогер и модель **Валентина Иванова** (32) стали родителями девочки Эммы. Постоянной работы у Валентины не было, поэтому теперь она полностью посвятила себя заботам о дочери.

Тимати свободное от работы и путешествий время проводит с дочкой и возлюбленной, полностью их обеспечивает. Недавно подарил Вале автомобиль Koenigsegg Regera за 200 млн рублей с салоном из синей кожи.

**Актриса мюзиклов и певица Светлана Светикова** (42) родила третьего ребенка - дочь Луну. У Светиковой и ее мужа, фигуриста-акробата Алексея Полищук (45), подрастают два сына.

Светикова быстро вернулась в форму - через полгода после родов весит 45 кг. Говорит, что ни разу в жизни не была у косметолога. Аристка отчиталась: «Я пришла в феноменальный тонус - морально, физически, творчески. Я перестала усложнять себе жизнь».



Личная страница Светланы Светиковой в социальной сети

**МАЛЬЧИКИ**

**Анатолий Руденко** (43) и **Елена Дудина** (37) стали родителями во второй раз. У актеров растет дочь Милены (13), теперь у нее есть братик Леон.

Актриса сделала перерыв в работе, чтобы быть рядом с сыном: «Чувствую, как невидимая нить между нами натягивается, становясь прочнее. Это самое древнее таинство - дарить жизнь и чувствовать, как она доверчиво засыпает у тебя на руках».



Актер **Александр Петров** (36) и его жена Виктория (24) в апреле стали счастливыми родителями сына Федора. А к Новому году закончили ремонт в новом загородном доме, который актер купил в элитном поселке Подмосковья. Так у Петровых появилась возможность проводить с малышом больше времени на свежем воздухе. А летом семья путешествовала по зарубежным курортам.

Александр сильно изменился: «Раньше думал, что у меня есть миссия, я должен сделать некий вклад в историю, но с появлением семьи сосредоточился на других вещах. Оказывается, есть более важное - жена и ребенок».

Личная страница Анатолия Руденко в социальной сети

**Актер Артем Ткаченко** (43) и **актриса Екатерина Стеблина** (34) теперь воспитывают троих сыновей. Младший Леон родился богатырем - вес 4200 г, рост 56 см.

Стеблина приостановила карьеру и занимается воспитанием детей. Муж зарабатывает деньги и ценит жену: «Больше детей - меньше сна, больше заботы, больше улыбок, счастья, детского плача и смеха. Я на работе, а она там трудится. Она святая женщина».



Личная страница Екатерины Стеблинской в социальной сети

**КТО ЕЩЕ?**

- У актера Ивана Стебунова (43) и его жены Елены Власовой (36) родился сын Герман.
- У певца Александра Алиева (HammAli) (33) и его жены Эммы - Адам.
- У фигуристов Алены Косторной (22) и Георгия Куницы (22) - Дмитрий.
- У фигуристов Александры Трусовой (21) и Макара Игнатова (25) - Михаил.
- Певица и телеведущая Регина Тодоренко (35) и певец Влад Топалов (40) стали родителями Михаила.
- Арон родился у «Мисс Мира 2008» модели Ксении Сухиновой (38).
- Федор - у блогера Анны Заворотнюк (29) и бизнесмена Тимура Исмайлова (32).

Ирина ВИКТОРОВА.

Сергей КИРИЛЛОВ

Первым после большого перерыва стартом фигуристки может стать чемпионат России по прыжкам.

25 декабря 2025 года у Камилы Валиевой закончилась четырехлетняя дисквалификация. И в этот день 19-летняя фигуристка опубликовала в соцсетях фото, где она сидит, окруженная букетами цветов и воздушными шарами, на одном из которых написано: «С возвращением, Ками! Все только начинается».

Но насколько реально вернуться в обойму после почти четырехлетней паузы? Напомним, что допинг-скандал с Валиевой произошел во время Олимпиады 2022 года, после которого она была дисквалифицирована задним числом, с 25 декабря 2021 года, когда на чемпионате России у нее была взята та злополучная проба с минимальным содержанием запрещенного вещества.

Хореограф и продюсер Илья Авербух считает, что Валиева, которая теперь готовится с тренером Светланой Соколовской, сможет продолжить свою спортивную карьеру. Фигуристка была заявлена на его шоу «Аллилуя любви», но не приняла в нем участия и переключилась на профессиональные тренировки.

- Мы с Камилой сотрудничали не раз, сейчас она старается экономить силы, потому что хочет вернуться в спорт. Мы ее поддерживаем. У нее все есть: и силы, и молодость, и талант, и народная любовь. Ждем возвращения настоящего и полноценного, - сказал Авербух.

Заслуженный тренер Татьяна Тарасова тоже считает, что у Камилы все получится.

- Валиева молодец! Если хочет вернуться на соревнования, мое уважение. Желаем ей восстановиться. Четырехлетней дисквалификацией Камилу хотели убить, но получилось только прибить. Мне кажется, что у Валиевой все хорошо. Видела ее на шоу у Татьяны Навки, она прекрасно выглядит. Прекрасно, что Валиева решила продолжить свою карьеру и работает сейчас над этим. Нам ее не



Александра ВИЛЬФРУМА Новости

## Камила Валиева возвращается

хватает, я ее очень люблю. Она большой и настоящий талант.

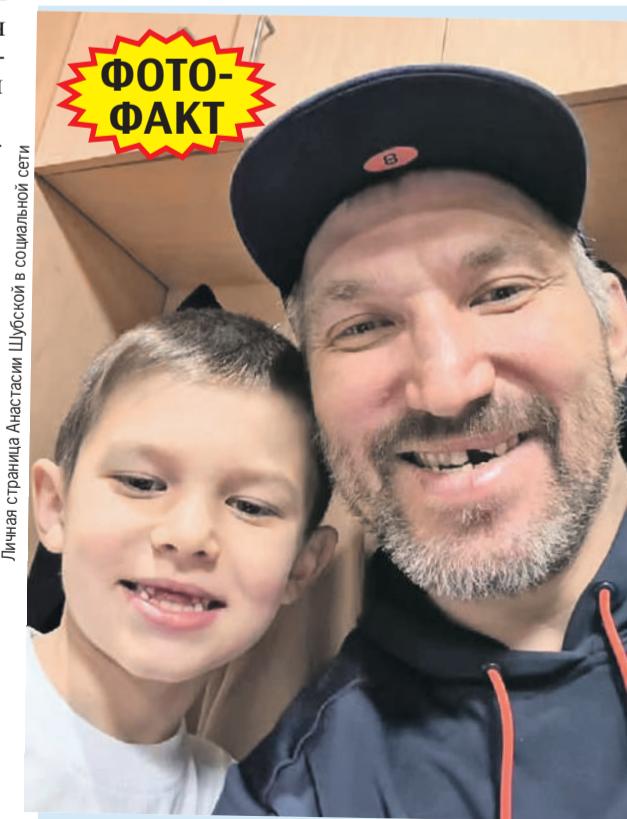
Но увидим ли мы Валиеву на льду в этом сезоне? Ведь основные российские старты уже прошли. Основатель академии «Наши надежды» Татьяна Навка, где и тренируется Камила Валиева, сказала, что фигуристка примет участие в чемпионате России по прыжкам, который пройдет в конце января - начале февраля.

«Скорее всего, да», - сказала Навка, отвечая на вопрос об участии Валиевой в этом непростом турнире.

- Очевидно, что Валиевой нужна мотивация, а только внутренних соревнований для этого может не хватить. Если она будет, Камила постараится вернуть и тройной аксель, и четверные прыжки. Нужно дождаться каких-то подвижек в вопросе нашего возвращения, а затем смотреть в сторону международных соревнований. Не сомневаюсь, что

она может добиться успехов и на соревнованиях за пределами России. По уровню катания равных ей фигуристок сейчас нет. Растижка и скольжение у Камилы просто потрясающие, - считает призер Олимпийских игр и знаменитый тренер Александр Жулин.

«Ками, мы ждем тебя!» - пишут поклонники таланта уникальной фигуристки, которую так и не удалось сломать.



Личная страница Анастасии Шубской в социальной сети

Камила Валиева поддерживала форму, выступая в ледовых шоу. На фото она в роли Одиллии в спектакле Татьяны Навки «Лебединое озеро».

### СМОТРИТЕ, КТО ПРИШЕЛ!

## Карседо будет кричать еще громче, чем Станкович?

Денис АКИНИН

Главным тренером футбольного «Спартака» стал эмоциональный испанец.

«Спартак» наконец-то определился с главным тренером. Им стал 52-летний испанский специалист Хуан Карседо, подписавший контракт до лета 2028 года. Хуан для «Спартака» не новичок. С красно-белыми он уже работал в 2012 году, когда команду готовил Унаи Эмери. Но с тех пор многое изменилось, Карседо стал тренировать самостоятельно, возглавляя испанские клубы низших дивизионов и кипрский «Пафос», который сделал чемпионом страны и вывел в Лигу чемпионов.

Чем же он известен? Хуан ставит своим командам вертикальный футбол, основанный на быстрых переходах из обороны в атаку. Кажется, это то, что нужно небольшим и быстрым игрокам нападения «Спартака» - Барко, Солари, Угальде и Маркиньосу.

А еще Карседо любит, когда его команда прессингует и контролирует территорию. Что-то похожее делал «Спартак» при Дяне Станковиче прошлой осенью. И это был лучший отрезок во время работы серба в Москве. При этом Хуан уделяет особое внимание стандартным положениям. Для спартаковцев это может стать дополнительным козырем, ведь у них есть хорошие исполнители.

Теперь о том, что смущает. Экс-игрок «Спартака» Павел Яковлев, работавший со связкой Эмери - Карседо, уже на

мекнул на непростой характер Хуана.

- В их связке с Эмери сложно было понять, кто главный. Обычно главный больше руководит процессом, а остальные молчат. Тут же оба кричали на бровке, были эмоциональными, - говорит Яковлев.

По слухам, Карседо не просто эмоциональный, а излишне раздраженный и несдержаный. В ПСЖ, где он тоже работал помощником

Унаи Эмери, у него случались настоящие истерики на бровке. Такие, что даже футболисты просили его хоть немного помолчать и дать им сделать свою работу на поле. Деяна Станковича за такие эмоциональные выпады критиковали и регулярно выписывали ему карточки. Карседо может быть еще зажигательнее. Но те, кто с ним уже работал в «Спартаке», верят в Хуана.

- Сейчас у него уже есть опыт для работы главным тренером. Будет не просто, но почему бы и нет? Карседо сейчас подходящая кандидатура. Он отвечал в «Спартаке» за те же действия, что и Эмери, - сказал игравший при Хуане Динияр Билялетдинов.

В конце концов, это же «Спартак». Там должно быть много эмоций, и Карседо их обязательно подкинет.



Хуан Карседо подписал контракт со «Спартаком» на 2,5 года.

Ох, как нелегко даются новые рекорды!

Александр Овечкин в новогодние праздники пополнил свой счет заброшенных шайб в регулярных чемпионатах НХЛ до 914 (это абсолютный рекорд). И до 994 с учетом игр плей-офф, а это значит, что скоро будем отмечать 1000. Впереди здесь, правда, все тот же Уэйн Грецки (всего 1016), то есть до этой исторической отметки осталось всего 22 шайбы...

Но соперники не хотят поддаваться Александру Великому и играют с ним жестко. Вот и в матче с «Чикаго» Ови столкнулся с защитником, который клюшкой выбил ему еще один зуб. А уже через день жена Александра Анастасия Шубская выставила видео, на котором он вырывается раскачиваясь молочным зуб у их старшего, 7-летнего сына Сергея, и фото отца с сыном. «Еще один хоккеист расстет», - пишут болельщики.



Все новости спорта - на KP.RU/SPORTS





Голосуйте за понравившуюся вам участницу на нашем сайте [KP.RU](#) в разделе «Будь стильной с «КП»!

## БУДЬ СТИЛЬНОЙ С «КП»

**Виталия ЮДИНА, Пермь:**  
- Я увлекаюсь фитнесом и танцами, мечтаю о том, чтобы люди научились понимать и слышать друг друга, и поздравляю всех с Новым годом!

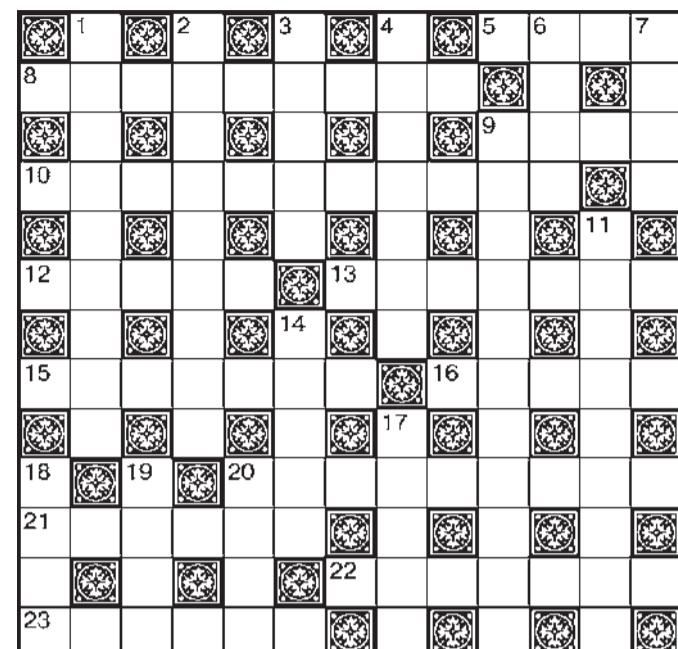


**Виктория АНДРЕЯНОВА,  
модельер:**

- Классическая Снегурочка! Очень модный образ, который благодаря кокошнику становится фольклорным. Мех буквально впитывает свет и светится сам. Мне нравится, когда с классикой обходятся так бережно и легко.

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

## ■ КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



### По горизонтали:

5. Что Александр Вампилов полагал «убежищем умных людей от мрачности и грязи»? 8. Концентрат риска. 9. Заколка «с клемшнями». 10. «Старье в цене». 12. ... с покупками из магазина. 13. Индейское озеро у Фенимора Купера. 15. Кто пожилых лечит? 16. Способ найти улики в доме. 20. «Карликовый» шрифт. 21. Бард из «Семнадцати мгновений весны». 22. Классик итальянской музыки, любивший расхаживать, преувеличив природную полноту с помощью подушек, в одежде бродячего музыканта во время римского карнавала, распевая шедевры собственного сочинения. 23. Что студент в аудитории слушает?

- По вертикали:
- Мальчишка «по имени задвижки».
  - Узда на дух бунтарства.
  - Выхлоп общественного мнения.
  - Гипотенуза для треугольника.
  - Какому месяцу посвящена пьеса «Песня жаворонка» из цикла «Времена года» Петра Чайковского?
  - Курица «в конкурентах у Карла Фаберже».
  - Жонглер словесными смыслами.
  - Джазовый коллектив.
  - Что охлаждает пыль дракуна?
  - Сериалный триллер «Лондонский ...» с Беном Уишоу в главной роли.
  - Конфигурация полярного сияния.
  - «Бритва» остряка.
  - «Куда голова задумала, туда и ... несут».

## ■ АНЕНДОТЫ В НОМЕР

Интересно, сколько калорий сгорает, когда смотришь на себя в зеркало и тяжело вздыхаешь?

**подарок не надо закусывать - это хреновый подарок!**

★ ★ \*

А больше всего я люблю Новый год за то ощущение бескрайнего простора, которое возникает после того, как ты выкинул эту чертову елку!

★ ★ \*

**Так обожрался, что ослабил ремешок даже на фитнес-браслете.**

★ ★ \*

Доктор порекомендовал мне пить больше коньяка и

водки. Вообще-то дословно было сказано: «Поменьше вина!» - но смысл тот же...

★ ★ \*

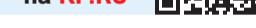
**Сломался телевизор, отработал 47 лет. Не могу найти контакты сервисного центра компании «Рубин». Может, кто знает?**

★ ★ \*

**Люди поначалу Плачут и кричат. А потом, смиряясь, Ходят в детский сад.**

Оставьте свой анекдот на сайте [KP.RU](#) в рубрике «Анекдоты»!

Весь архив анекдотов от «КП» - на [KP.RU](#)



## Прогноз погоды на завтра, 15 января

	ночью	днем	давление*	влажность**
Новосибирск	-32... -34	-25... -27	767	85
Татарск	-29... -31	-23... -25	775	76
Карасук	-31... -33	-24... -26	774	71
Сузун	-30... -32	-24... -26	769	72
Томск	-34... -36	-25... -27	770	93
Омск	-31... -33	-24... -26	777	81
Кемерово	-31... -33	-24... -26	769	90

ясно



облачно



пасмурно



небольшой снег



снег



\* мм рт. ст.

\*\* %

Звоните нам!  
**(495) 777-02-82**

Ваше  
мнение  
для нас важно!



**СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!**

Если у вас есть:

● тема для публикации

● отклики на статью

● жалобы на доставку

## ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор,  
генеральный директор  
Олеся Вячеславовна  
НОСОВА.

Автор современной  
версии издания -  
Владимир Николаевич  
СУНГОРКИН.

Шеф-редактор  
Е. САЗОНОВ.

Учредитель, редакция и издатель - АО «Издательский дом «Комсомольская правда». Газета зарегистрирована в Роскомнадзоре, свидетельство ПИ № ФС77-58661 от 21.07.2014.

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

© АО ИД «Комсомольская правда», 2025. Размещенные в газете материалы не подлежат использованию другими лицами в какой бы то ни было форме без разрешения правообладателя. Приобретение авторских прав: mtv@kp.ru

Редакция не несет  
ответственности  
за достоверность содержания  
рекламных материалов.  
Индексы П1101, П1976  
■ Дата выхода в свет  
14.01.2026  
■ Время подписания в печать  
по графику - 21.00,  
фактически - 20.30  
■ ISSN 0233-433X

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА»,  
«ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС»,  
«ВЫБОРЫ-2026», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ»,  
«ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ГАЙНАЯ ВЛАСТЬ»,  
«ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО»,  
«РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.

Тираж этого номера: 169 222 экз.  
Цена договорная

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

2 6 0 0 1

