

## Собрали истории детей, кому помогли кубанцы

Подробнее - на стр. 3 ▶



**РАДИО  
КОМСОМОЛЬСКАЯ  
ПРАВДА**

Краснодар 91,0 FM  
Анапа 89,5 FM

## Докладываем обстановку

Что происходит в зоне  
Специальной военной  
radiokp.ru операции - 18:00



# КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА



Основана в мае 1925 года

4 447 000

уникальных посетителей  
за минувшие сутки

Среда  
10 января

Газета нашего региона ★ Кубань

№ 1-с (27550-с - 27551-с)  
2024 год

## На Кубань надвигаются крещенские морозы



Снежная зима опустилась на регион, и пока оттепели ждать не придется. Наоборот, синоптики обещают стужу до -20 градусов.

Читайте на стр. 2 ▶



## Перешла на красный улицу, своровала нагло курицу

Константин ГЛЫБА

Самые нелепые обвинения, которые предъявляли в суде мировым знаменитостям.

Статус суперзвезды, помимо приятных бонусов, приносит своим обладателям массу неприятностей. Например, практически всем известным артистам то и дело прилетают довольно странные, а порой даже откровенно безумные судебные иски...

Продолжение на стр. 13 ▶

## Семерых байкеров спасли из реки в крае

Мария ЧАЛАЯ

Вода резко поднялась и отрезала им путь на другой берег.

В Абинском районе Кубани спасатели в Новый год вытащили из реки семерых мотоциклистов. Масштабная спасательная операция развернулась вечером 3 января.

- Накануне поступило сообщение о том, что требуется помощь двум мужчинам. Их нашли, но позже, - сообщили в пресс-службе «Кубань - СПАС».

По счастливой случайности для группы байкеров, спасатели оказались в нужном месте в нужное время. На берегу реки мужчины зывали о помощи.

- Семеро на мотоциклах не смогли перебраться вброд через реку Адегой из-за подъема уровня воды в ней, - рассказали спасатели.

Чтобы переправить всех, им пришлось расчехлять альпинистское снаряжение и соорудать что-то вроде мини канатной дороги.

После этого они посадили промокших людей в служебную машину и дали им согреться. От медицинской помощи все байкеры отказались, отправившись путешествовать дальше.

## В Краснодаре станет больше платных парковок

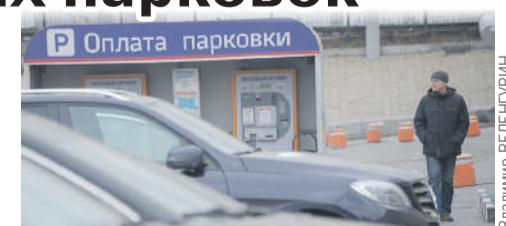
Ева МУР

Количество мест для автомобилей собираются увеличить в 2024 году.

В Краснодаре расширят платные парковки. Нехватка стоянок для автомобилей - давний и больной для города вопрос. А с каждым годом количество автомобилей только растет.

**Мэр кубанской столицы Евгений Наумов** рассказал о планах увеличить число мест на платных парковках.

- В первом полугодии 2024 года стартуют работы по увеличению количества машиномест на платных муниципальных парковках. Сейчас у нас общая вместимость составляет 9413 машин. А будет на две тысячи боль-



Стоянку оплатить можно в банке.

ше, - написал в своем телеграм-канале глава Краснодара.

В мэрии напомнили, что все деньги от оплаты парковок поступают в дорожный фонд города, а потом на них делают ремонт дорог.

Городские власти также предупредили, что будут тщательнее работать с теми, кто старательно скрывает свои номера на машинах. Таких «зайцев» будут искать по камерам видеонаблюдения.

Владимир ВЕЛЕНГУРИН



# Хрустальная зима пришла на Кубань



@veiskimforu

Теперь курортный край, как и остальная страна, кутается в шубы и со страхом следит за столбиками термометров.

**Галина КОПЫЛОВА**

Сразу после новогодних каникул на регион опустился снежный циклон.

Жители Краснодарского края с нетерпением ждали

снег под Новый год, мониторя сайты с прогнозами. Но зима пришла на юг России только к первому дню рабочей недели. Можно сказать - ворвалась.

Сначала регион накрыл ледяной дождь. Прозрачным панцирем покрылись улицы в северных районах Кубани. Коркой сковало все, от деревьев до асфальта,



@veiskimforu

В прозрачном панцире оказались цветы и ягоды калины.



## ЧТО С ПОГОДКОЙ

В ближайшую неделю в Краснодарском крае будет снежно, а ночи станут холодными.

- До конца недели по-прежнему через территорию края будут проходить фронтальные разделы, поэтому существенных изменений в погоде не ожидается. Качели с осадками, температурой воздуха продолжатся. На Кубани будет идти дождь с мокрым снегом, местами спустится сильный снег. Он будет налипать на провода, крыши и деревья. На

## К старому Новому году ударит 20-градусная стужа

дорогах ожидается гололеда, ухудшение видимости в осадках и тумане. Пешеходам и водителям стоит быть осторожными, - сообщила главный синоптик Краснодарского края Светлана Попова.

Колебания температуры воздуха в ночные часы составят от +2 до -9 градусов. В отдельных районах до -17.

В старый Новый год, 13 и 14 января, после кратковременной оттепели похолодает сильнее. В регион придут 20-градусные морозы.

- К выходным на Кубани ожидается до -22 градусов мороза. При этом днем температура будет колебаться от +5 до -9 градусов, - добавила метеоролог.

на дорогах в Каневском и Кушевском районах.

Затем вслед за соседней Ростовской областью, где федеральные трассы из-за непогоды сковал транспортный коллапс, снежный циклон накрыл и города Краснодарского края. Заметать стало центральную и восточную части края - снегом засыпало Краснодар, Тихорецкий, Новопокровский, Тимашевский, Белоглинский, Курганинский, Выселковский районы. Дорожная техника заблаговременно стала обрабатывать проезжие части, чтобы не допустить обледенения. При этом в Госавтоинспекции попросили водителей быть осторожными на дорогах и ни в коем случае не выезжать на летней резине.

Снегом припорошило пляжи прибрежных городов.

**КСТАТИ**

## Море «закипело» из-за мороза

Минусовой температуре удивляются и в прибрежных городах. Снег 9 января выпал в Анапе, Геленджике, Новороссийске, Приморско-Ахтарске, Ейске. Местные жители и туристы с детским задором выбежали к морю, чтобы оставить следы не на песке, а на снежном покрывале.

На побережье погода создала волшебной красоты зимнюю атмосферу. Из-за перепадов температуры море «закипело» и стало парить. Над водой повисла плотная пелена.

Льдом покрылись одуван-

чики и другие цветы, которыми не удивишь жителей юга зимой. Теплолюбивые растения в палисадниках советуют на неделю укрыть от холода.

Сильный ветер грозит приморским городам новыми обледенениями.

- 10 января на Черноморском побережье на участке Анапа - Новороссийск - Геленджик ожидается сильный северо-восточный ветер с порывами до 30 м/с в сочетании с низкой температурой воздуха до -10 градусов, - предупреждают в местных администрациях.

## ■ ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

## Что в горах

Горные курорты Сочи также засыпает снегом. Из-за плохой видимости многие развлечения и трассы закрыты.

- Осадки уйдут на переыв 10 января. С 11 по 13 снова в горах Сочи ожидаются снегопады. Трассы и канатные дороги будут работать по фактической погоде, - сообщили на курортах.



Минусовые температуры заморозили и одуванчики, которые цветут на юге вопреки календарным срокам.

t.me/MoreOz

t.me/anapa\_post

# Нечужие дети

Собрали истории ребят, которым помогли жители региона в 2023 году.

**Оксана КАДОЧНИКОВА**

Эти мальчишки из Краснодара отважно борются за свое здоровье. У каждого из них - своя история, полная преодолений и побед. Они, держась за руки родителей, идут маленькими шажками, вперед к своей цели - быть самостоятельными. 2023 год для этих детей стал

очень важным - кому-то сделали операцию, кто-то пытается сделать первые шаги после комы, кто-то начал разговаривать. Все эти большие достижения были бы невозможны, если бы не помощь неравнодушных людей. «Комсомолка» узнала, как сейчас дела у трех мальчиков, о которых она рассказывала в уходящем году.



Личный архив

**Мальш на миллиард - это мальчик из столицы Кубани Андриан Стрельцов.**

Он страдает редчайшей болезнью с самого рождения. В его внутренних ушах не срослись кости,

**Андриана больше не мучают головные боли.**

поэтому мальчик слышит, как работают его внутренние органы. Из-за патологии развитие ребенка остановилось - он не мог ходить и разговаривать. А еще его мучали

головокружения, это привело к постоянным истерикам, плохому сну и нарушению аппетита.

Чтобы помочь сыну, родители нашли клинику в США. В России

## Андриан Стрельцов: Операция в Америке

операции у пациентов с дегенерацией костных стенок не делают. Требовалось более 30 млн рублей. Не собрав всю сумму, на свой страх и риск родители Андриана решили поехать в Америку. В итоге малыша прооперировали.

- Андриан на глазах меняется. Сразу после операции он стал спокойнее, слюни текут меньше, начал закрывать ротик. Сейчас он не кричит, может сосредоточиться на игрушках, - отметила Наталья.

Мальчик идет на поправку и стал делать свои первые уверенные шаги. Закрывать

долг перед американской клиникой ему помог певец и бизнесмен Эмин Агаларов.

- Наш сбор был настолько велик, что мы нуждались в волшебнике, который завершил бы эту гигантскую эпопею. Эмин добавил недостающую сумму, после чего мы смогли собрать нужные средства на лечение сына, - рассказала мама Андриана Наталья.

Родители Андриана поблагодарили всех, кто участвовал в сборе средств. Сейчас мальчик проходит реабилитацию в США. Его ждет операция на второе ухо.

**Коля Стрибный:**

## Смог выжить после утопления

С подростком из крайцентра случилась беда в 2022 году.

Он на спор решил переплыть канал, но не рассчитал силы и стал тонуть. Колю спасли прохожие, но у мальчика был поврежден головной мозг. Родители узнали о клинике в

Крыму, которая специализируется на помощи пострадавшим на воде.

В Ялте мальчик стал приходить в себя. Сначала ему сняли трубку из горла, он учился глотать, потом появилось сознание. В свои 13 лет он, как годовалый малыш, учился всему заново. Чтобы помочь сыну, родители Коли

собирали деньги на реабилитацию. На их крик о помощи пришли сотни людей со всей страны. В итоге мальчику собрали нужную сумму.

В сентябре Коля вместе с мамой вернулся в Краснодар. Интенсивные занятия они не бросают, а результаты впечатляют.

- Прогресс колоссальный. В Ялту сын приехал в коме, полностью парализованным, а сейчас это человек в полном сознании, который учится владеть своим телом. Он стал говорить четче, читает тексты, в том числе и в перевернутом виде. Питание сейчас полноценное, ест любую пищу, как раньше. Эта функция была утрачена полностью и восстановлена в Ялте, - поделилась мама Коли.

Комната Коли превратилась в спортзал, повсюду стоят тренажеры для разработки навыков ходьбы. Каждый день к нему приходят специалисты, с которыми подросток занимается. А еще мальчик успевает учиться в школе на дому.

- Нам предстоит долгий путь по восстановлению, но самое главное, что с каждым днем мы видим улучшения, - говорит Дарья.

**Маленький краснодарец родился с тяжелой формой спинально-мышечной атрофии (СМА).**

Эта болезнь убивает нейроны, и ребенок постепенно утрачивает двигательные функции - не может ни сидеть, ни ходить. Вовне нужно было ввести самое дорогое лекарство в мире, чтобы остановить губительный процесс. Родители собирали на это деньги, требовался 121 млн рублей. В 2022 году мальчик получил спасительный укол «Золгенсма». Процедура прошла хорошо. Теперь юный краснодарец каждый день занимается реабилитацией со специалистами по логотерапии, ЛФК и плаванию. Вова значительно окреп - стал разговаривать, пытается самостоятельно сидеть и с легкостью гоняет по квартире на коляске.

- Из ребенка, ранее способного лишь немного шевелить кистями рук и глазами, сын превратился в парня, который с легкостью может и новогоднюю елку украсить, и на личном транспорте проехать по всей квартире. Совсем недавно



Личный архив

**Вова Сологуб: Укол, спасший жизнь**

**Вова учится считать и говорить.**

научился разговаривать, уверенно держать голову, пытается самостоятельно удерживать спину и ежедневно предпринимает попытки сидеть без поддержки, - рассказала мама Вовы Зоя Сологуб.

Вова много трудится, впереди у мальчика длительные курсы ле-

чения. Семья мальчика верит, что у него все получится - он станет в дальнейшем более самостоятельным и пойдет в школу.

- Мы благодарим всех вас и обещаем, что будем с огромным упорством стараться дальше, - говорят родители Вовы.



Личный архив

**К Коле приходят учителя, но он хочет сам ходить в школу.**



Григорий КУБАТЬЯН,  
военкор «КП»

Зачем суровые бойцы с передовой носят смешные и добрые нашивки с Чебурашкой и Гагариным.

Шевроны к бою:

# Мы - русские,

## НАРУКАВНОЕ ТВОРЧЕСТВО

В оборонной доктрине России продумано многое, но уж точно не веселые шевроны для бойцов. Брендинг специальной военной операции вообще никак не планировалось. Тактические знаки Z, V и O символами спецоперации стали, можно считать, случайно. Они означали Западный, Восточный и Центральный военные округа. Южному округу не досталось буквы. И хорошо, а то ездили бы военные «КамаЗы» еще и с буквой Y - Yug, которая читалась бы как Ы и вызывала вопросы: «Почему Ы? Чтобы никто не догадался!»

Почти все символы и знаки СВО - это народное творчество. Иногда серьезное, но чаще шуточное. Посмотрев, какие шевроны носят бойцы, можно понять, что они любят и во что верят. Тут лики святых, портрет Сталина, персонажи мультфильмов, затейливые лозунги. Шевроны и нашивки изготавливают часто по заказу самих бойцов. Но многие образцы фронтového творчества можно запросто купить и на рыночных развалах в Донецке.

Из серьезного, кроме букв Z, O, V, бойцы на передовой носят шевроны-флаги: российский триколор, красный советский и черно-желто-белый монархический. Не на самой передовой, конечно, а в тылу, в распоряжении.

Для передовой есть тактические копии флагов защитного цвета - зелено-зелено-зеленые.

А в стороне от окопов парни достают из карманов и лепят на грудь и рукава яркие картинки: для шуток и поднятия боевого духа. Потому что, когда воюешь, нельзя грустить, даже если для этого и бывают причины.



Наши парни готовы иронизировать над собой. Поэтому русский медведь - мультяшный. Но лучше его не злить.

мем, обращение к Гагарину: «Юра, прости. Мы все... потеряли». Вроде ничего особенно, а сколько надежды и гордости в этом ответе.

Есть статусы грозные: «Патроны дорогие, предупредительного выстрела не будет», «Мы - русские, придем и возьмем».

Есть мотивирующие: «Родину люблю, стрелять умею», «Родился в супердержаве, супердержись» или даже «Родился орком, защищай Мордор». Орками нас любят обзывать-расчеловечивать киевские идеологи. Но наши бойцы отвечают им юмором, давая понять - кто тут на самом деле человек, а кто машинка пропаганды.

Есть ироничные шевроны вроде липучки на шлем: «Мама сказала надеть». Или чевэкашные: «Ничего личного. Нам заплатили».

Очень популярны статусы, будто пришедшие из офисной жизни с кулером и кофе-машиной. «Работаю удаленно» - на шевроне изображение пушки, системы «Град», снайперской винтовки или дрона со сбросом. «Уверенный

пользователь ПК» - изображен пулемет Калашникова. «Ландшафтный дизайнер» - любимый шеврон артиллеристов.

Или наши медики - они даже в мирной жизни любят позубоскалить на тему «Доктор сказал в морг, значит, в морг», а на передовой носят убойные шевроны с надписями «Карательная медицина», «Военная психиатрия» и «Чем громче кричишь, тем быстрее приду».

## КУСОЧЕК РОДИНЫ

Сумасбродные надписи будто стремятся подчеркнуть несерьезность происходящего. Превратить военную драму в детскую игру. Тогда не так страшно. Отсюда на шевронах такое количество персонажей мультфильмов.

«Все, кроме нас. Чего сразу мы?» - разводит руками Вовка из мультфильма «Вовка в Тридевятом царстве». Насмешка над внушительным воздушно-десантным «Никто, кроме нас». Потому что от героического пафоса все устали и хочется пошутить-покуражиться.

«Идите ко мне, бандерлоги», - шипит питон Каа. «Это будет славная охота», - вторит ему волк Аке-ла из того же «Маугли».

На шевронах можно встретить всех - Винни-Пуха, Машу с Медведем и без, Чипа с Дейлом в каске и казачьей кубанке и Хагги-Вагги, вообще из неизвестно какой вселенной. У меня объяснение одно - шеврон с мохнатым монстром носят отцы, в чью жизнь зубастую тварь впустили дети-дошкольники.

Но все рейтинги бьет Чебурашка, ставший за время СВО полноценным символом России, вслед за официальным 2G-орлом и полуофициаль-

ным единым медведем. Какие только чебурашки не встречаются! Шевроны-чебурашки, обереги-чебурашки над приборной панелью, амулеты-чебурашки на стволе от танка, фетиши-чебурашки просто в кармане, рядом с иконкой. Это как кусочек Родины, детства. Что-то родное, ушастое, доброе - прямо как мы сами. Но если что, может и зубы показать.

Ощущение прыжка в детство усиливается, когда видишь, что солдаты меняются шевронами, как марками или вкладышами от жвачки в школьные времена. Или вручают друг другу на память.



Несмотря на споры с правообладателями, персонажи советских мультфильмов все равно попадают на шевроны.



Что будет, если человек, не служивший, гражданский нацепит смешной шеврон и пойдет с ним по городу? Да ничего особенного. Подумают, что он волонтер, бывающий в зоне СВО и получивший шеврон в подарок. Или боец, приехавший в отпуск или демобилизовавшийся после ранения. Шеврон - не погон, за него и спроса нет.

## «РОДИЛСЯ ОРКОМ, ЗАЩИЩАЙ МОРДОР»

Не имея доступа к соцсетям, а иногда и к смартфону, бойцы обновляют статусы прямо на себе. «Не беги. Умрешь уставшим», «Лучше старенький ТТ, чем дзюдо и карате», «Юра, мы исправляемся!». Последняя фраза - это ответ на популярный интернет-



Идеи для слоганов рождаются на передовой. Сами бойцы просят воплотить на ткани любимую шутку.

# С нами Пух!

Чебурашка - неофициальный символ СВО. Это шеврон, талисман и оберег.

ОТКУДА ЭТО ВСЕ?

## Ветераны апокалипсисов



Солдатский юмор бывает мрачным, но он помогает вынести тяготы службы.

«Дефолт-1998», «Ковид-19» и так далее. Про него шутят - «вечный шеврон».

Иногда крылатая фраза рождена ситуацией. 2 декабря 2022 года в бою под Артемовском был подбит из ПЗРК наш самолет Су-24М. Пилот Александр Антонов и штурман Владимир Никишин, понимая, что спастись невозможно, направили горящий самолет на скопление бронетехники противника и протаранили ее. Последняя фраза пилота была: «Встречайте, с..ки, папу!» Его слова остались жить на шевронах бойцов.

Среди популярных нашивок - «Причиняю добро, наношу радость». А вот героев мультфильмов крупные швейные мастерские не используют из-за проблем с авторским правом. Как говорит Ирина, при компании «Союзмультфильм» существует целая организация, которая судится из-за нелегальных Чебурашек и Винни-Пухов.

Так что все эти Чебурашки, Коты Матроскины и Маши с Медведем, как правило, творчество мелких фирм. Продаются шевроны через торговые площадки в интернете. Чтобы вышить один экземпляр на современном оборудовании, нужно минут 15. Максимальный тираж - больше 5 тысяч. Минимальный - 1 штука.

В России существуют с десяток крупных компаний и сотни мелких, которые производят шевроны, уставные и неуставные, юмористические.

Идеи для шевронов и нашивок присылают нам сами бойцы с передовой, - рассказывает Ирина Якушевская, коммерческий директор компании Shevconoff. - Специально их даже не придумывают. Кто-то ляпнул, и пошло. Это органика. Пишут: «Сделайте срочно вот такое, нам очень нужно». Мы стараемся реагировать на запрос быстро. Волна пройдет, и шеврон забудут. Но некоторые из них людям не надоедают.

Нашивка-рекордсмен держится на рынке уже десять лет: «Ветеран апокалипсиса». Туда лишь добавляют надписи: «Чернобыль-1986»,

### НА ТОЙ СТОРОНЕ

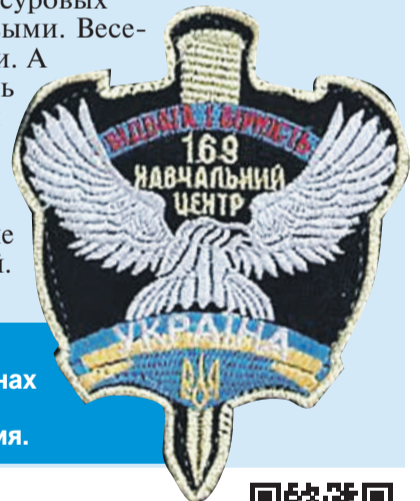
## Нарциссы победы

У противника тоже есть «креативные» шевроны. Попадают среди трофеев. Обычно с пафосными надписями: «Перемога за нами», «Гідність, Воля, Перемога», «Воля або смерть», «Рабів до раю не пускають». Или «Мисливець (охотник) за сепаратистами», где «сепары» изображены в виде зомби, ну а в каком же еще? И практически ноль самоиронии.

Может, в этом и разница? Мы даже в суровых боевых условиях стараемся остаться живыми. Веселыми, жизнерадостными, даже нелепыми. А с той стороны - сплошь безупречные «воины света», «ангелы ада» и прочие озлобленные нарциссы, вытравившие из себя умение посмеяться над собой.



На трофейных украинских шевронах много пафоса и самолюбования.



Как Россия может победить, не повторяя ошибок ВСУ, читайте на сайте KP.RU



## Служи по контракту в Вооруженных Силах России

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

### ЕЖЕМЕСЯЧНЫЕ ВЫПЛАТЫ

### В ЗОНЕ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ

от 210 тыс. руб. в месяц (в зависимости от воинского звания, должности и выслуги лет)

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

Горячая линия по вопросам службы по контракту

117

службапоконтракту.рф



### СОЦИАЛЬНЫЕ ЛЬГОТЫ И ГАРАНТИИ

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



Это был нервный год. Одним глазом народ еле успевавал следить за сводками с фронта, другим - за ценами в магазинах и курсом рубля. Причем в супермаркетах и обменниках было даже дешевле. Наша армия - красавцы! - отбивалась от «Леопардов» куда надежнее, чем чиновники с банкирами от летящих в них яиц и ипотеки.

Не все выдержали. Кто-то из артистов сорвался - разделся, очнулся - гипс без «огонька».

«КП» составила из этих отличившихся персон и событий АЛФАВИТ-2023. Давайте вспомним, кто нас радовал и сердил в этом году, скажем им всем спасибо и помашем.

**А** «Алеша» - экипаж российского танка, оказавшегося в самый разгар «контрнаступа» ВСУ, 6 июня, один против 8 украинских танков и БТР. И наш Т-80 вышел из этого отчаянного боя победителем! Имена танкистов - Александр Леваков, Филипп Евсеев, Алексей Неустроев, Илья Гаврилов, Расим Баксиков. Ребята, вы заслуженно первые в Алфавите «Комсомолки». Как и все герои СВО.

**Б** Бахмут, снова ставший Артемовском. За этот город, который основал еще русский царь Иван Грозный, а Украина объявила своей неприступной «фортецией», 10 месяцев шли тяжелейшие бои. Битву за Артемовск назвали «бахмутской мясорубкой», ВСУ бросило сюда до 80 тысяч солдат, а освобождали Артемовск 25 тысяч российских бойцов. И 20 мая город все-таки перешел под контроль России.

**В** Владлен Татарский - военкор и ополченец, взорванный 2 апреля в Петербурге на встрече с читателями. Статуэтку с взрывчаткой туда пронесла завербованная украинской стороной Дарья Трепова. Она не успела сбежать из страны, сейчас под следствием. Терракты окончательно стали фирменным почерком киевского режима.

**Г** Газа - сектор боли - крошечный и самый густонаселенный клочок земли размером 40 на 6 - 12

# Такая вечеринка не нужна,



Ефрейтор Неустроев (слева), лейтенант Леваков и их танк «Алеша» - герои года, разгромившие в неравном бою бронеколонну ВСУ.

километров, где живут от 1,5 до 2 миллионов палестинцев. Жили. 7 октября правящее в Газе движение ХАМАС напало на Израиль. В ответ - до сих пор идет бомбежка и зачистка Газы. Убивать палестинцев помогают США и ЕС. Украина ревнует - она теперь не первая в очереди на снаряды и деньги Запада черная дыра.

**Д** Доллар в этом году выглядел на все 100. Рублей. И плевать, если бы не импортные товары - они кинулись его догонять. Да, знаем, дешевый рубль - облегчение казне. Но дорогие товары - в тягость кошельку. Остается верить, что доллар однажды таки рухнет. Надорвется. Дожить бы, увидеть этот кирдык.

**Е** Европа больше не мировой игрок, теперь это богатая колония США, с американскими газом, ракетами, прессой и правителями. «Чего изволите?» - написано у них на лицах, чтобы ни произносили. - Закрывать свои заводы? Пожалста. Забыть взрыв «Северного потока»? Естесно. Содержать Украину? Делается уже».

**Ж** Жога - отец погибшего Героя, комбата «Спарты», спикер парламента ДНР - попросил Путина выдвинуться в президенты. И стал сопредседателем его штаба на выборах. Этот полковник перекинул мост в 2024 год, где вы-

боры главы государства и сводки с фронтов СВО станут главными. Как ни крути.

**З** Залужный - главком ВСУ, сказавший Западу правду, что в наступлении Украины «глубокого красивого прорыва не будет». И ставший кандидатом № 1 в будущие президенты. Это как же Зеленскому надо было достать народ, что даже у провалившегося «контрнаступ» Залужного, автора «мясных штурмов» и новой, уже 10-й по счету мобилизации на Украине, рейтинг выше.

**И** Искусственный интеллект - самая опасная штука, которая однажды погубит человека, просто его заменив. Он уже рисует за худож-

ников картины, выдает за банкиров кредиты и собирает за инженеров машины. В 2023-м объявлено, что нейросеть, возможно, заменит и правительства - ведь она не ошибается, не ворует и строго следует закону. Только не говорите это самой нейросети, иначе следующий Алфавит-2024 она составит уже сама. И будет ли в нем место нам?

**К** Костомаров - самый светлый и сильный «мужик года» - фигурист-чемпион, оставшись без ног и рук, не сдался и снова встал на коньки. Драться за жизнь до конца - главное, чему научил нас этот человечисше.

**Л** «Луна-25» - межпланетная станция, запу-

щенная в августе 2023-го и вернувшая Россию в космическую гонку. Только представьте, предыдущую «Луну-24» великий СССР запустил в 1976-м. Полвека назад! И пусть станция разбилась о поверхность Луны, мы снова творим историю. Причем стартуем с нового космодрома Восточный, построенного с нуля. Гагарину за нас будет не стыдно: «Юра, мы исправляемся».

**М** Марьинка - освобожденный под Новый год пригород Донецка, за который бились с лета 2022-го. Важный символ перемены по-русски, перелома на фронте, который, как говорят в окопах, почувствовали все, даже с той стороны.

**Н** Нагорный Карабах - всё. Воинственная, красивая и суровая армянская республика Арцах, не признанная никем, даже самой Арменией, прекратила существование в сентябре 2023-го. Трагедия тысяч армян, погрузивших в машины все нажитое и уехавших навсегда. Так бывает, когда большая родина тебя не признает и не защищает... Теперь Карабах - азербайджанский.

**О** Обнаженные звезды - скандал, затмивший под занавес года даже сам Новый год и «Голубые огоньки», из которых, говорят, спеш-

но вырезают артистов, явившихся в чем мама родила на «голую» вечеринку блогерши Ивлеевой. «Страна воюет, а у вас разврат?!» - воскликнули военкоры - совесть и барометр нашего времени. Киркоров, Собчак, Лолита, Билан принялись извиняться. Ивлеева, сверкнувшая изумрудом в 23 миллиона ниже пояса, в слезах просит у «российского народа» дать ей «второй шанс». Налоговая нашла у нее 137 миллионов недоимки. А народ застыл с открытым от изумления ртом: «Ну вы там дайте!», и ждет продолжения: «Теперь то вас, голубчики, разденут по-настоящему.» (продолжение темы на > стр. 23).

**П** Прилепин - писатель и политрук воюющего в Донбассе полка, выжил после подрыва его машины на mine. Водитель погиб. Террорист, заложивший мину, как сказал Захар в интервью «Комсомолке», охотился за ним по заказу спецслужб Украины полтора года. Писатель чувствовал - с ним должно что-то случиться на фронте. И спешил написать книгу «Собаки и другие люди». Но теракт случился в глубоком тылу, на деревенской дороге под Нижним. Через несколько дней после сдачи книги.

**Р** Работино - село, о котором сломали зубы ВСУ.



Кладбище натовских танков в степи под Работином. Хорошо горят, черти.

# а яйца будут, слово пацана!

Здесь начался и закончился грандиозный «контрнаступ» Киева. Украинская армия планировала пройти Работино за первые пару суток, порвав российскую оборонительную «линию Суровикина», а через пару месяцев - купаться в Азовском море. Не вышло. Знаменитое «кладбище «Леопардов» - груды подбитых натовских танков, попавшее на обложки всех мировых изданий, оно здесь, под Работином. Бои тут идут до сих пор.

## С «Слово пацана. Кровь на асфальте»

- сериал года о молодежных бандах конца 1980-х. Рушит Советский Союз, родители бьются за выживание, а их дети - за асфальт - кусок города, в котором устанавливают свои правила. Из этого хаоса и жестокости вырастет новая страна. Мы. Кино не про Казань. Такие банды были во многих городах большого Союза. Потому «Слово пацана» рвет рейтинги и на Украине, как бы там ни выжигали все русское. Просто там время банд до сих пор не закончилось...

В чем феномен сериала? В таланте молодых актеров и режиссера? В нас самих, не забывших запах улиц 80-х? У Высоцкого было:

*И думая, что дышат  
просто так,  
Они внезапно попадают  
в такт  
Такого же неровного  
дыханья».*

**Т** Трамп - этот анфан террибль, кошмар мировой закулисы -

вновь на тропе войны за трон Америки. И рядом с развалиной Байденом он - огурец! А выборы в США вот-вот, уже осенью-2024. Только не мечтайте, что Трамп не даст денег и снарядов Украине. Если будет выгодно Америке, даст. И Европу насадит на газовую иглу США еще глубже. Но, может и объявить, что с Россией лучше дружить. Дождемся - увидим.

## У УПЦ - Украинскую православную церковь,

каноническую, наследницу днепровской купели Владимира Красное Солнышко, крестившего Русь, режисм Зеленского призначил вне закона и отнял Киево-Печерскую лавру. А Рождество на Украине перенесено с православного 7 января на католическое 25 декабря: «Чтоб как в Европе». Дожили, государство напрямую вмешивается в религию и тасует церковные даты. Такого даже при большевиках не было.

## Ф Финляндия

вляпалась в НАТО. Слишком сытно жилось ей с 1945 года доброй соседкой СССР и России. Скучно. Богато. Возжелалось баз США и воссоздания зеркально Ленинградского военного округа через границу. «Проблем не было, теперь будут», - даже пожалел финнов Путин.

## Х Хавьер Милей

президентом Аргентины стал. «Трамп на минималках», поклонник шоковой терапии в экономике. Пер-



Евгения ГУСЕВА «КП» - Москва

Яйца такой интересный предмет - вот они еще есть, а потом - сразу нет...

матрасами граждан, а на биржевых торгах. Но лиха беда начало. Если американцы и европейцы рискнут в 2024-м конфисковать валютные резервы России, которые они у себя заморозили, и отдадут их Украине, то перевернется и вся мировая финансовая система. Купюры с портретами Мао станут надежнее и желаннее бумажек с президентами США по всей планете.

## Я Яйца - чего проще.

Но триллер с их пропажей и резким дорожением развернулся в России прямо по Черномырдину: «На яйца нажали так, что их не стало». Пошли шутки про нехватку петухов и забастовку кур. Если всерьез, одни эксперты считают: виноваты граждане - стали больше кушать. Другие: в стране закрылись десятки птицефабрик, банально нести некому. Чтобы яйца были, правительство срочно открыло границы заграничным (азербайджанским, турецким, китайским). А дальше - на кону честь чиновников и прибыль бизнеса. Потому что всем понятно: у такой державы, как Россия, яйца должны быть свои. Точка.

Подготовил  
Андрей СЕДОВ.

вым делом он упразднил половину министерств и чуть не ввел вместо песо доллар. А на инаугурации обнимался с Зеленским (почему не с Чубайсом?). Кажется, в Аргентине начинаются наши 90-е.

## Ц Центробанк России

взял в руки свой фирменный чугунный инструмент - ключевую ставку и бьет ей по ценам, кредитам, доллару и рублю. Ставка выросла вдвое - с 7,5% до 16%. Доллар с ценами, подлецы, уворачиваются, а вот ипотека уже в нокауте (не считая льготной). ЦБ обещает, что с середины следующего года ставка может начать снижаться. Верим. Что нам еще остается?

## Ч Чебурашка

- фильм о нем вышел 1 января 2023-го и побил все кассовые рекорды. А солдаты на фронте носят профиль ушастого Че на шевронах чаще, чем Че Гевары. Плюшевых

Чебурашек берут в танках и «Градах» как талисман. То ли потому, что он родом из детства? То ли просто добрый, но зубастый и ни у кого больше такого нет? Может, это теперь новый символ России? Баня, водка, гармонь, ну и Че?

## Ш Шебекино

- городок на Белгородчине, в 20 километрах от границы с Украиной, который ВСУ в мае - июне начали утюжить артиллерией. Видимо, это был отвлекающий маневр перед «контрнаступом» в Запорожье. Но шебекинцам от этого не легче. Снаряды летели прямо по жилым домам, магазинам, заводам. Ведь военных объектов в Шебекине нет. Расстреливали мирный город. За это преступники в Киеве, не сомневаемся, еще ответят.

## Щ «Щелкунчик»

- предновогоднее помешательство на балете Чайковского порвало все представления о тяге русского человека к прекрасному. В очереди к кассе Большого театра толпы стояли сутками, люди ночевали прямо на морозе, на деревянных поддонах. Безобразия кончились заменой директора Большого (или это совпадение?). Урин уступил место Гергиеву. Ну теперь-то «Щелкунчика» хватит всем?

## Ы Ын

- внук «солнцеликого» основателя Северной Кореи Ким Ир Сена и сын «великого солнца XXI века» Ким Чен Ира приехал в сентябре в Россию на бронепезде.

Путин показал ему космодром на Дальнем Востоке, откуда скоро может взмыг к звездам первый северокорейский космонавт. А США крутились как на сковородке, чтобы узнать - будет ли Ын поставлять Путину снаряды. Кто ж им скажет? Пусть крутятся дальше.

## Э Эвакуация

граждан России из сектора Газа стала блестящей операцией наших МЧС и МИДа. Буквально изпод израильских бомб и ракет наши спасатели выдернули и доставили самолетами в Москву 1124 человека, в том числе 470 детей. Своих не бросаем - подтверждено.

## Ю Юань

- впервые стал в России популярнее доллара. Пока еще не под

## «Комсомолка» рекомендует:

### 500 дней поражений и побед



Честный и «непричесанный» дневник военного корреспондента «Комсомолки» **Александра Коца** восстанавливает эти дни через судьбы знаменитых и безвестных, харизматичных и неброских людей, с которыми автору посчастливилось быть рядом на всех фронтах СВО - от Донецка до Киевской области, от Луганска до Херсона, от Артемовска до Запорожья...

Приобретайте на [shop.kp.ru](http://shop.kp.ru)!  
А также на сайте [labirint.ru](http://labirint.ru)



АО «ИД «Комсомольская правда», Москва, ОГРН 1027739295781,  
ООО «Лабиринт.РУ», Москва, ОГРН 1077764644264



Кадр из фильма

Чебурашка стал самым доходным и самым боевым из «русских зверей».

**О профилактике сердечно-сосудистых заболеваний читателям «Комсомолки» напоминает эксперт.**

Анна КУКАРЦЕВА

В издательстве «Комсомольская правда» вышла книга кардиолога Натальи Гаврилюк «Привычка быть здоровым. Как предотвратить гипертонию, инфаркт и инсульт». Мы поговорили с автором о том, почему же, несмотря на все усилия врачей, общества, по-прежнему максимальная смертность - от сердечно-сосудистых заболеваний.

- К сожалению, медицина со всеми ее попытками улучшить качество и продлить жизнь людей просто не успевает за образом жизни современного человека. Сейчас, увы, во всем мире эпидемия низкой физической активности. Большая часть работы - сидячая. Между домом и работой передвигаемся на машине.

Изменения в питании тоже нельзя упускать из виду. Из-за сидячего образа жизни врачи рекомендуют снизить калорийность рациона. Но офисные работники часто питаются готовой едой, фастфудом, в котором много трансжиров. Это совсем не та диета, которая позволяет быть здоровыми!

И не забудьте про стресс, уровень которого растет из года в год во всех сферах и профессиях. Вот и получается: качество жизни повышается, а физическая форма - все хуже.

## ПОЧЕМУ РИСКУЮТ МУЖЧИНЫ

- По статистике, риск ин-

# Инфаркт - дело молодых?

фаркта и инсульта повышен у мужчин. Причем умирают чаще достаточно молодые - в возрасте 45 - 55 лет. С чем это связано?

- Мужской пол - фактор риска сердечно-сосудистых болезней. К сожалению, рождаясь мужчиной, человек уже делает первый шаг к кардиологу. Связано это преимущественно с особенностями гормонального статуса, прежде всего с мужскими половыми гормонами.

Действительно, мужчины ярче реагируют на стресс. Это заложила в них эволюция - ведь они должны были отражать атаки, побеждать хищников. Но бить в ответ на стресс современному человеку не с руки. А выделившиеся гормоны стресса повреждают внутренние органы, сердечно-сосудистую систему.

- При нервном напряжении в кровь в большом количестве выбрасываются адреналин, норадреналин и кортизол, которые повышают артериальное давление, - объясняет эксперт. - Это предпосылки для гипертонической болезни. Большое значение имеет как частота переживаний, так и их интенсивность. Как практикующий кардиолог отмечаю, что, по моему опыту, представители ряда профессий практически не обходятся без повышенного давления. Вот эти «кардиологические профессии»: руководители, учителя, актеры и зачастую сами врачи. Они в зоне риска внезапных смертей.

Конечно, истории со смертью вполне молодых мужчин

45 - 50 лет всегда ужасны. Обычно так проявляется инфаркт миокарда у человека, не получившего терапии. Но в подавляющем большинстве случаев эти истории были предотвратимы.

## ПАЦИЕНТЫ - КАК ДЕТИ

- Многие пациенты не понимают, что кардиологическая терапия - пожизненная, - говорит Наталья Гаврилюк. - И эта терапия вовсе не страшная, она спасающая! Люди бросают пить таблетки, как только им становится легче. Иногда спрашиваешь, почему прекратили прием лекарств, и получаешь в ответ: «Закончилась упаковка, новую не купил». Чувствую себя в эти моменты так, будто недоследила за ребенком.

Основные киты здорового образа жизни, а значит, и профилактики сердечно-сосудистых заболеваний - сон, спорт, правильное питание. Но постоянно раздаются стенания: «Нет времени на спортзал». Хорошо, говорят врачи, вы хотя бы не забывайте о базовой активности. И постепенно вводят в нашу жизнь понятие «нетренировочной физической активности».

- Нетренировочная активность - это совокупность любой физической активности помимо специальных упражнений, - говорит Наталья Гаврилюк. - Например, перемещение по дому, смена позы, ходьба на короткие дистанции, приготовление пищи, мелкие бытовые дела. Это то, на что мы тратим до 1/3 энергии в день. И именно в нетренировочной активности может заключаться то, что мы ошибочно считаем «базовым метаболизмом».

Исследования доказали, что метаболизм с годами замедляется очень-очень постепенно. Но активно замедляются люди. Сидячий образ жизни влияет на здоровье независимо от тренировок. То есть спорт пару раз в неделю не перекрывает вред сидячего образа жизни. Человеческое тело создано для активности, притом активности в вертикальном положении. Многие считают, что в идеале нужно ограничивать сидячую работу четырьмя часами в день!



**ЧТОБЫ СЕРДЦЕ БЫЛО В ПОРЯДКЕ, УДЕЛЯЙ ВНИМАНИЕ ЗАРЯДКЕ!**

## ■ СМЕНА СЕЗОНОВ

# Это не холод, а просто головная боль!

Анна КУКАРЦЕВА

**Что делать и чего не делать метеочувствительным людям при перемене погоды.**

Синоптики обещают нам наступление настоящей зимы - с четверга, 16 ноября, начнется устойчивый минус (**подробности на стр. 31**). А в межсезонье многие люди с хроническими заболеваниями, особенно сердечно-сосудистыми, остро чувствуют перемену погоды.

## ЧТО ДЕЛАТЬ:

**1. Ешьте небольшими порциями, дробно, без жирного и жареного.**

Переполненный желудок приводит к нарушению ритма сердца и скачкам давления. Перерыв между едой должен быть 3-4 часа. Желчный пузырь и поджелудочная железа тоже ощущают приступы «гнева» от лишнего кортизола и адреналина. Не перегружайте их жирными и жареными блюдами.

**2. Вместо крепкого кофе - травяные чаи.**

Ну ладно, кофе можно, но только одну чашечку и уж точно не растворимого, а свежезаваренного. А заменить его можно попробовать чаем мате, напитком с куркумой и имбирем или какао. Все они положительно влияют на нервную систему и иммунитет.

И, конечно, поменьше алкоголя, который активизирует нервную систему. Из-за чего нарушается сон, появляются проблемы с контролем эмоций.

**3. Полюбите продукты, богатые витаминами А, С и Р.**

Они положительно влияют на функции нервной системы и кровеносных сосудов. Среди таких: болгарский перец, шиповник, черная смородина, лимон-апельсины, облепиха, морковь, говяжья печень, сливочное масло, яйца, икра.

И, конечно, не забывайте про продукты, содержащие витамины группы В: брокколи, стручковая фасоль, шпинат, сельдерей, авокадо, бананы, зерновой хлеб, миндаль, говядина, большинство видов рыб, молоко, творог.

Овощи и фрукты лучше есть в сыром виде. Или приготовленными при щадящем температурном режиме (120 - 140 градусов), то есть на пару или в духовке.

Хороший рецепт антистрессового коктейля, который подарит бодрость: смешать в миксере банан с небольшим количеством лимонного сока и стаканом нежирного йогурта или молока.

Какая погода ждет нас на этой неделе < стр. 1, 4.

## КОНКРЕТНО

**КАК ПОВЫСИТЬ НЕТРЕНИРОВОЧНУЮ АКТИВНОСТЬ**



- Любая активность в положении стоя (посуду помыть - тоже нормально).
- Вставить на работе нужно каждые 30 - 60 минут (кстати, как раз «цикл перезагрузки» для мозгов).
- Если есть минута для выполнения физупражнений - делайте их, не ждите подходящего перерыва (любые, хоть взмахи ногами, отжимания от стены-стола, хоть прогулки по коридору).
- А еще можно стоя работать (есть даже специальные стоячие столы для офисов). Хотя бы 30 минут в день - это уже улучшит физическое состояние.

## ПРИМЕРНЫЙ ПЛАН



**Важно: спортзал и уборка в доме - не взаимозаменяемы.** Они дополняют друг друга. Если вы моете посуду и пританцовываете, а потом идете походить-побегать в парке - это лучший план по выполнению заботы о себе и любви к своему телу.

## «Комсомолка» рекомендует:

### «Привычка быть здоровым»

Можно ли бегать в городе, есть сало, пить крепкий кофе, ходить в сауну и почему занятия спортом не компенсируют вред долгого сидения на стуле? Иногда кажется, что человек ведет здоровый образ жизни, но с точки зрения врачей - ровно наоборот. Инфаркты и инсульты не случаются внезапно.

Автор анализирует множество бытовых привычек, разъясняя, что важно, а что не принесет пользы здоровью. И дает простые, но эффективные рекомендации, как избежать болезней сердца и сосудов

Приобретайте на [shop.kp.ru/](http://shop.kp.ru/)  
А также на сайте [labirint.ru](http://labirint.ru)





Ярослав КОРОБАТОВ

Львиная часть времени у нашей цивилизации уходит на развлечения, питание и уход за внешностью.

Распорядок дня барона Мюнхгаузена из культового фильма Марка Захарова шокировал современников - он включал в себя такие позиции, как «Подвиг» и «Разгон облаков». Но и распорядок дня человечества, который составили ученые из Университета Макгилла (Канада), способен удивить неискушенного гражданина.

Исследователи решили изучить, как наша цивилизация распоряжается своим временем. А то мы все сетуем, что создали бы общество всеобщего процветания и равных возможностей, но времени не хватает. Забегая вперед: оказалось, что, как и плохому танцору, человечеству мешает вовсе не дефицит времени, а нечто другое.

**ЕСЛИ В ЧЕЛОВЕКО-ЧАСАХ, ТО МЫ ОЧЕНЬ МОЩНЫЕ!**

Это только кажется, что возможности человечества безграничны. На самом деле энергия 8 миллиардов людей, населяющих Землю, упирается в объективное ограничение - в сутках всего 24 часа. То есть 192 миллиарда человеко-часов в день.

Чтобы получить ясную картину, ученые вручную классифицировали 4000 видов деятельности, доступных человеку. Для оценки затрат времени они проанализировали данные по 145 странам мира, в которых проживает 87% населения планеты. Использовались данные национальных статистических агентств, международных исследований и даже свидетельские показания сотен тысяч умных часов. К сожалению, наиболее интересные виды деятельности - такие как романтические прогулки при луне или обычай встречать Новый год с друзьями в бане, в итоговую таблицу не вошли (вероятно, их поглотила графа «Социальная активность»). Но выводы у исследователей получились очень любопытные. Вот самые интересные из них.

**1** Спросите любого работника, он вам в красках расскажет, как упавается на своей работе. Но, по оценкам канадских уче-

**Ученые изучили распорядок дня человечества:**

**На создание мы тратим только 2,6 часа в сутки**



Илья Обломов (особенно в исполнении Олега Табакова) знал толк в распорядке дня.

Кадр из фильма «Несколько дней из жизни И. Обломова»

ных, вся мировая экономика занимает только около 2,6 часа среднего человеческого дня! Кажется удивительным, что все наше благополучие зиждется на этой эфемерной цифре - ведь это всего лишь одна десятая глобальных суток. Однако для двух третей трудоспособного населения (от 15 до 64 лет), эта нагрузка соответствует примерно 40-часовой рабочей неделе.

**2** На что же мы тратим все остальное время? Львиная доля уходит на сон - 9,1 часа в день. Кто тут рассказывал про хроническое недосыпание? Ученые объясняют: лично вы, может быть, и встаете ни свет ни заря, но глобальная оценка включает в себя молодежь. А молодые люди, как правило, дрыхнут дольше.

**3** Третья часть времени бодрствования - 4,6 часа - посвящена социальной активности. В это понятие ученые включили чтение, зависание в социальных сетях и интернете, просмотр ТВ, игры, прогулки, общение и сладкое время безделья, когда мы сидим и ничего не делаем. Для сравнения: мегаполисы, жилые дома, мосты, дороги и другие стройки века - все это построено за 15 минут в глобальных сутках.

**4** Еще 1,6 часа в сутки человечество тщательно пережевывает пищу.

На школу, высшее образование и науку уходит 1,1 часа. Ровно столько же времени занимает гигиена и уход за собой. Иными словами, мы едим и причесываемся больше времени, чем производим национальные богатства.

**5** Удивительно, но существенной разницы в образе жизни между бедными и богатыми не оказалось: такие виды деятельности, как прием и приготовление пищи, время в дороге, гигиена, уход за собой, не меняются в зависимости от материального благосостояния людей. Единственное яркое различие: в отсталых странах на выращивание и сбор урожая (1 час) тратят в 12 раз больше времени, чем в государствах золотого миллиарда

(5 минут). Это объясняется тем, что трактор и комбайн делают работу быстрее, чем крестьянин с мотыгой. Разницу во времени в развитых странах люди тратят на отдых и развлечения.

**ЧИСТОПЛУИ ДОВЕДУТ МИР ДО КОНЦА СВЕТА**

Очевидно, что с высоты птичьего полета деятельность человечества выглядит совершенно иначе, нежели мы привыкли представлять.

- Идея исследования была предельно проста: если бы мир представлял собой одного среднестатистического человека, то как бы выглядел его день? - поясняет Уильям Файзел, ведущий автор исследования. - Для чего мы это сделали? Чтобы понять, есть ли у людей возможности глобально что-то изменить в мире.

Ученые уточняют: человечество постоянно пугают апокалипсисом. Одни говорят, что цивилизация будет погребена под многометровым слоем отходов, которые она производит. Другие добавляют, что все это будет происходить на фоне катастрофического глобального потепления и наступления адской жары.

Уильям Файзел и его коллеги показывают, что люди легко могут изыскать внутренние резервы для предотвращения

конца света. Например, на борьбу с мусорными свалками человечество тратит сегодня 1 минуту своего времени в день. А на уборку в собственных домах - 40 минут! Достаточно незначительно перераспределить время, которое тратится на личный комфорт и уют, в пользу общественного благополучия - и спасти природу будет гораздо проще.

**ГЛАВНЫЙ НАШ ВРАГ - ЭТО ЭГОИЗМ**

По мнению ученых, маховик глобального потепления разгоняют добыча полезных ископаемых (в том числе нефти, угля и газа с последующим их сжиганием) и вырубка лесов. Но вся эта деятельность составляет 3% экономической деятельности человечества. В мировом распорядке дня это всего 5 минут.

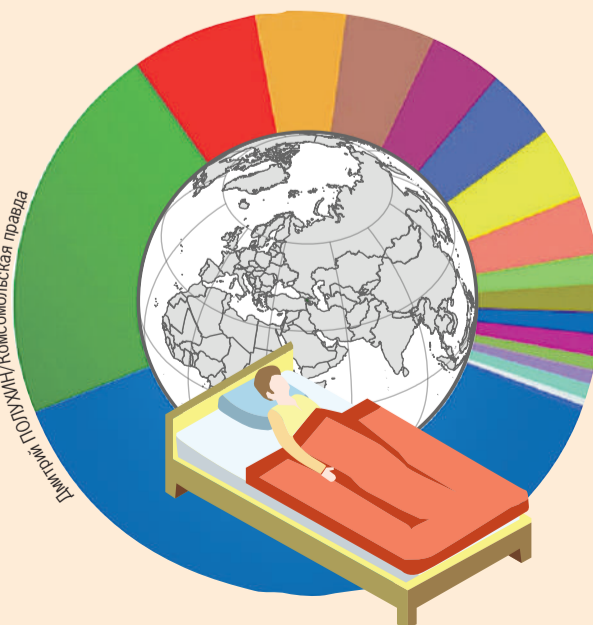
По мнению исследователей, это говорит о том, что при наличии волевого решения не такое уж хлопотное дело перебросить рабочую силу из добычи нефти и газа на строительство глобальной инфраструктуры возобновляемых источников энергии.

Осталось только поменять расписание человечества.

Но это большой вопрос - захочет ли такое эгоистичное существо, как человек, отказать от нескольких минут личного времени. Сможет ли человечество начать с понедельника новую жизнь? Многие из нас на личном примере знают, чем заканчиваются такие наполеоновские планы.

**ТОЛЬКО ЦИФРЫ**

**КАК МЫ ПРОВОДИМ ВРЕМЯ**



**В часах в среднем в сутки**

- 9,1 Сон
- 4,6 Социальная активность (чтение, интернет, ТВ, общение)
- 1,6 Питание
- 1,1 Гигиена и уход за внешностью
- 1,1 Образование и исследования
- 0,9 Приготовление пищи
- 0,9 Время на дорогу и путешествия
- 0,9 Распределение ресурсов (финансы, торговля, государственное управление, военная служба и т. д.)
- 0,8 Выращивание и сбор урожая
- 0,4 Активный отдых
- 0,4 Потребительское производство (бытовая техника, автомобили, мебель и т. д.)
- 0,3 Уход за детьми
- 0,3 Перевозка грузов
- 0,2 Забота о здоровье
- 0,2 Религия
- 0,2 Строительство
- 0,1 Производство продуктов питания (переработка)
- 0,01 Переработка отходов



Машина времени уже работает! Ученые научились путешествовать - но пока в пределах миллионных долей секунды



Евгений АРСЮХИН

Собрали  
для вас главные  
астрономические  
и астрологические  
события.

**ЧТО ГОТОВИТ  
Вселенная  
в 2024-м:**

# Год четырех затмений и ретроградного Меркурия

В наступающий год планета войдет под знаком ретроградного Меркурия. И вообще за весь 2024-й эта планета окажется в ретроградной, неприятной для землян позиции аж четыре раза. По этому поводу в соцсетях уже стенания: не хватало нам, что високосный, так еще и это, все наперекосяк пойдет! Стоит ли так бояться небес? И какие явления ждут нас в наступающем году? Собрали самое интересное.

## НЕ РАССЛАБИТЬСЯ

Меркурий юркий, он ведь близко к Солнцу и делает несколько оборотов вокруг него, пока Земля успеет сделать один. Почему и ретроградным Меркурий делается чаще, но все равно наступающий год - чемпионский.

Первый ретроградный период (Меркурий в Козероге и Стрельце) начался уже 13 декабря, а закончится в первых числах января 2024-го. Период, по описаниям астрологов, опасен тем, что мы будем чутя прилив сил. Но это окажется лишь иллюзией. А надорваться можно вполне реально.

Затем с 1 по 24 апреля быстрая планета окажется ретроградной в Овне. По мнению составителей натальных карт, это время конфликтов. Ссориться будем много. Стоит попытаться быть терпеливее.

Ретроградное движение по Льву Меркурий предпримет с 4 по 27 августа. В гороскопах пишут, что пострадают любовные отношения. Гордость многих будет уязвлена. И снова совет - терпение. Впрочем, он универсальный.

Наконец, с 25 ноября по 15 декабря Меркурий предпримет попятное движение вновь по Стрельцу. Здесь особенно опасными станут поездки. Откладывать не стоит, но все изучите, чтобы и билеты, и бронирование, все надежно было.

## С ЧЕГО ВСЕ НАЧАЛОСЬ

Но это советы индийских астрологов. А что говорит наука?

Вообще-то ретроградное (обратное) движение для планет естественное и происходит со всеми, не только с Меркурием. На самом деле планеты идут по своим орбитам ровно и назад не пятятся. Но движется также и Земля. Если наблюдать с Земли, кажется, что планета вдруг - среди звезд - принимается двигаться назад. Это происходит, когда или Земля



обгоняет планету, или планета - Землю. В классической астрологии считалось, что в такие моменты сила планеты ослабевает. Особо на Меркурий при этом внимания не обращали.

Но в 2013-м блогерша **Бетени Франкель** в сердцах написала, что день насмарку, а виноват ретроградный Меркурий. Пост заметила певица **Тейлор Свифт**, сделала на этом шоу, и понеслось. Ретроградный Меркурий - современное и притом западное явление массовой культуры. Наше дело - познакомить вас с фактами, а уж кого слушать, науку или астрологов, ваш выбор.

## ДНИ ЗАТМЕНИЙ

В 2024-м случится четыре затмения. Это немного. И в 2024-м все затмения будут плохо видны или не видны из России.

В полнолуние 25 марта Луна погрузится в земную полутень, правда, почти целиком. Полутень - это как бы ореол земной тени. И такое лунное затмение считается слегка ненастоящим, хотя Луна заметно темнеет. В России явление увидят только на Дальнем Востоке.

С этого начнется коридор затмений, потому что в новолуние, 8 апреля, произойдет полное солнечное затмение. Этого события очень ждут в США, ведь тень Луны пройдет точно по территории этой страны. В России мы не увидим ничего.

Осенью пара затмений также образует коридор. 18 сентября произойдет лунное затмение, оно будет частным, то есть Луна лишь слегка погрузится в тень Земли. Явление можно будет наблюдать в европейской части России и до Западной Сибири, но в целом

видимость плохая. А 2 октября случится кольцеобразное затмение Солнца, которым насладятся в Антарктиде. Нам зрелища не достанется.

Итак, всего четыре затмения, но два коридора! В отличие от попятного движения планет, которое никак не может оказать влияние на человека, затмения, похоже, оказывают, хотя и не до конца понятно, как и какое. Физики наблюдают разные странные эффекты вроде колебания горизонтально подвешенных маятников или излучений очень низких частот. Таких эффектов быть не должно в принципе, но они есть. Значит, нельзя сбрасывать со счетов и влияние затмений на человека.

## СЕВЕРНЫЙ ОГОНЬ

Активность Солнца будет только расти. Возможно, именно в 2024-м наступит максимум (на это указывают некоторые признаки). А это значит, магнитных бурь будет много, а полярные сияния увидим даже из южных широт.

Вот вам реальная астрология - в отличие от ретроградного Меркурия и прочих знаков зодиака полярные сияния действительно влияют на нас. Причем мы в это погружаемся надолго: действительно сильные магнитные бури начинаются ПОСЛЕ максимума солнечной активности. Так что приготовьтесь несколько лет потерпеть.

## ВРЕМЯ КОМЕТ

Была пара десятилетий как бы вообще без ярких комет. Но в последние годы хорошо заметные кометы зачастили.

## А чего жду я?

Я давно занимаюсь астрономией, и у меня есть свой рейтинг небесных явлений. Возможно, вам интересно, какой.

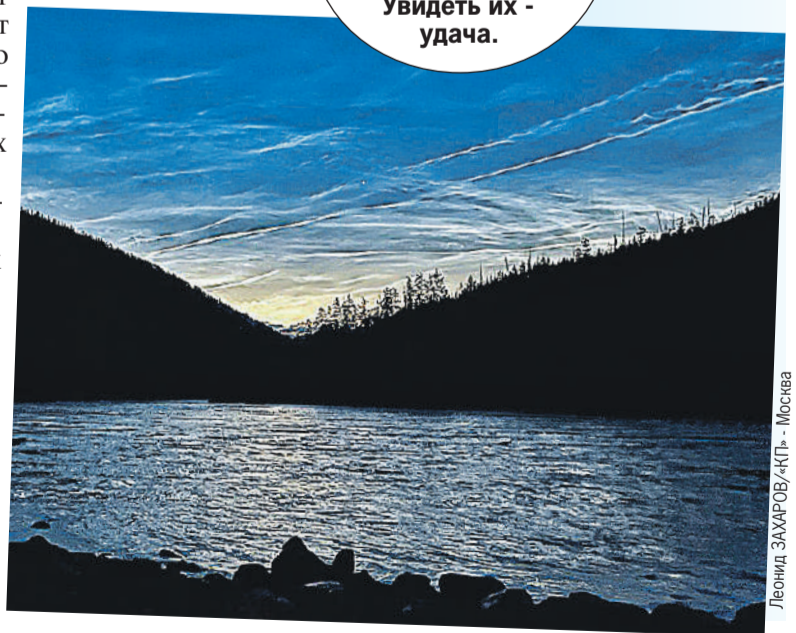
Я никогда не пропускаю метеорный поток Квадрантиды 4 января. Хотя погода, как правило, плохая, но, видимо, поэтому и ценю. Метеоры красивые, их много, есть на что посмотреть. Само собой, август - это время Персеид, и несколько ночей я провожу под открытым небом, считая пролетающие метеоры.

Я люблю дни равноденствия, потому что тень от любого предмета в эти дни движется по прямой (20 марта, 22 сентября). Я делаю отметины на кончике тени и всякий раз с восторгом убеждаюсь в этом. В другие дни тень описывает сложную кривую.

Лето для меня - время серебристых облаков. Уже с мая хочется их увидеть, но, как правило, впервые вижу в начале июня. И заканчивается сезон в августе. Когда серебристые облака вдруг охватывают все небо, это величественно и красиво.

Летними ночами я всегда слежу, как у северного горизонта, среди полнотной зари плывет Капелла. К концу лета на юге ненадолго показывается главная звезда Скорпиона - Антарес, а если повезет, сверкнет флагман созвездия Южные Рыбы Фомальгаут. В Москве эта экстремально южная звезда показывается от силы на полчаса. И я всегда в августе ловлю первое появление Плеяд утром на востоке, а потом и Ориона с Сириусом.

Серебристые облака - довольно редкое атмосферное явление. Увидеть их - удача.



Леонид ЗАХАРОВ/«КП» - Москва

# Кто-кто? Пес в пальто!

Виктория КУДАЕВА  
(«КП» - Иркутск)

Нужно ли одевать животных зимой - правда и мифы.

- Ну и зачем твоей собаке одежда? Блажь какая-то... - недоумевает подруга, наблюдая, как я внимательно изучаю витрину зоомагазина.

И так считает не только она. Многие крутят пальцем у виска, узнав, что я собираюсь утеплить на зиму померанского шпица. Причем в рядах противников стоят и заядлые собаководы. Говорят, мол, шерсть есть, остальное - блажь. А Черри нет еще и года, и это моя первая в жизни собака. Я за нее искренне беспокоюсь! В действительности есть ли практический смысл в комбинезонах и дождевиках для животных или это все причуды хозяев? «Комсомолка» разобрала самые расхожие мифы с ветеринаром с 20-летним стажем Александром Тихенко.



- Филимон, вы сегодня без портков! Не комифо.

- Зато, Максимилиан, шерсть дышит!

Михаил ФРОЛОВ/«КП» - Москва

ОБУВЬ  
ЖУЧКЕ  
НЕ ИГРУШКА!

КСТАТИ



Вот уж где повод для любителей поиронизировать всласть: «Собака в валенках! Совсем одурели... Не пугайте животных и детей».

Однако! Утепленные ботинки с рифленой подошвой позволяют собакам не только избежать обморожения (а оно ой как возможно!), но также являются отличной защитой подушечек лап от агрессивных реагентов, которые рассыпают от гололедицы. И летом босоножки или кеды с хорошей вентиляцией собакам тоже совсем не повредят - уберегут от ожогов о раскаленный асфальт во время прогулки. Особенно это актуально для жителей южных регионов страны. Обувь также защитит от порезов, укалов или царапин. Что касается дождевика на весну, лето, осень - тоже не лишняя вещь. Под дождем находится животному неприятно, а еще это защита от грязи. А вот различные шляпы, бейсболки, солнцезащитные очки, свадебные наряды, бабочки, галстуки и прочие аксессуары питомцам в действительности не нужны. Это из разряда блажи.

Дмитрий ПОЛУХИНИ/Комсомольская правда

## Миф № 1

### Животным одежда не нужна

- Безусловно, собакам с плотной и густой шерстью, например, хаски, самоедам или аляскинскому маламуту, не нужна верхняя одежда - зимой им вполне тепло. Однако маленькие или короткошерстные собаки, такие как йоркширские терьеры или доберманы, просто не могут генерировать и сохранять достаточное количество тепла, чтобы согреться, и нуждаются в защите от холода и ветра. Не стоит забывать, что некоторые породы (китайская хохлатая, американский голый терьер) выводились в жарких краях и предназначались именно для того климата. Поэтому суровые погодные условия - не совсем то, что для них готовила природа. Но не держать же их в холодное

время года взаперти! Также одежда точно не помешает питомцам с короткими лапками, таксам или пекинесам. У них тело максимально близко находится к земле, могут застудиться.

- Комбинезоны, теплые жилеты и свитера также необходимы зимой щенкам, пожилым, кормящим собакам или тем питомцам, которые недавно перенесли простуду. Иммуитет у них и так снижен, поэтому требуется дополнительная защита и забота.

- Если пес постоянно дрожит или поджимает лапы, значит, одежду и обувь надо приобрести вне зависимости от породы, длины шерсти и прочих факторов.

## Миф № 4

### Подойдут любые материалы

- По материалам одежда для животных ничем не отличается от той, которая создается для людей: ткани могут быть непромокаемые, непродуваемые, с различными утеплителями. Выбирая питомцу куртку или жилет, подумайте: комфортно вам было бы в такой одежде? Если нет, то и брать не стоит. Изделие не должно электризоваться и неприятно шуршать: это может раздражать или даже напугать любимца. Лучше всего сделать выбор в пользу подкладки из трикотажа, флиса, байки, искусственного меха, велюра, если мы говорим про зиму. Для длинношерстных подойдет атласная ткань или любой другой скользящий материал, который не позволит шерсти запутаться. В качестве наполнителя отличный вариант синтепон и синтепук. Для длинношерстных не подойдут застежки-«липучки». Из-за пуха быстро придут в негодность. Откажитесь от моделей, на которых есть лишние детали и украшения: стразы, пуговицы, значки. Животное может отгрызть и проглотить их. Как результат - дорогое лечение или даже операция. Также хорошо, если одежда имеет светоотражающие элементы, в темноте не потеряете.



Shutterstock

Такую красоту можно наводить только для фотосессии. Все лишние детали в собачьем костюме - зло.

дит, а крайне необходимо... Кстати, а от укусов клещей никакая одежда не защитит, ведь некоторые конечности любимцев все равно остаются открытыми.

## Миф № 5

### Костюмы вызывают раздражение, опрелости и колтуны

- Против этой легенды у ветеринаров есть научный аргумент. Дело в том, что собаки и кошки не потеют, как люди. Хотя на их теле есть железы, похожие на потовые, они расположены между пальцами лап. Если шерсть собаки регулярно вычесывать и ухаживать за ней, колтуны под костюмом не появятся. Главное, чтобы одежда питомца была подобрана по размеру, не сдавливала горловину, шею и лапы. Между одеждой и телом необходимо оставить расстояние в 1 - 1,5 см. В противном случае будут натертости и мозоли.

## Миф № 2

### Утеплять только для прогулок

- К примеру, некоторые авиакомпании разрешают провоз животных только в специальном отсеке багажного отделения самолета. В таком случае мы, ветеринары, советуем при подготовке к такому полету утеплять не только переноску питомца, но и его самого. В дороге легко может продуть даже пса с хорошей природной

шубкой. Также свитера и худы спасут того же сфинкса или китайскую хохлатую от переохлаждения в то время, когда отопительный сезон в квартирах еще не начался, а на улице уже не жарко.

Еще один случай - выезд на природу с ночевкой, например, с палатками. Себе одеяла и кофты берете? Питомцу все это не просто не повре-

## Миф № 3

### Не любит наряжаться - не надо приучать

- Одеть животное - зачастую большая проблема. Приучать сложно, не даются, огрызаются или кусаются в ответ. Поэтому надо выработать привычку одеваться у щенков. Хотя и взрослую собаку тоже можно приучить. Наденьте на питомца комбинезон или куртку, а после постарайтесь отвлечь любимой игрушкой или лакомством. В первый раз достаточно побыть в одежде дома несколько минут, после чего интервалы увеличивайте. Как привыкнет, выходите на улицу. Со временем собака будет радоваться при виде своей куртки, предвкушая прогулку.

## КОММЕНТАРИЙ ЭКСПЕРТА

### Все, как у людей

**Динара САДЕКОВА, дизайнер и основатель интернет-магазина одежды для животных:**

- С тех пор как маленькие собачки стали неким аксессуаром, то есть с ними начали появляться на людях, например, звезды на красных ковровых дорожках, приемах, раутах, тогда появились тренды и в одежде для животных. При этом собачья мода копирует человеческую. Поэтому, чтобы понять, что купить в гардероб питомцу, достаточно посмотреть на сегодняшние тренды. В каждом сезоне есть свой. Несколько лет назад, например, были популярны блестящие золотые и серебряные куртки. Через некоторое время они появились и у собак. Часто хозяева просят сделать одинаковые футболки для себя и для любимца. Или заказывают одежду, похожую на коллекции известных модельеров, в стиле Ferrari,

Chanel или Burberry. Долгое время не теряла свою актуальность одежда в стилистике известных героев мультфильмов, например, «Минки Маус», «Лило и Стич».

Несколько сезонов на пике моды остаются костюмы перламутровых цветов, одежда из кожи, шубки из натурального меха, вязаные вещи, свадебные и карнавальные костюмы. Очень любят хозяева собак «новогодние» принты - свитера с оленями. Но всегда актуальной остается так называемая «классика» - одежда темных цветов для прогулок под дождем или снегом. В последнее время просят изготовить камуфляжную одежду в цвете хаки. Также пользуются спросом в этом сезоне костюмы с изображением или в стиле единорогов. Из самых необычных заказов, что приходилось выполнять, - купальные костюмы для собак. В них нередко устраивают фотосессии.



Бобик просит тапки - потому что лапки: как спасти питомца от реагентов и холода



Прогноз астролога Тамары Глобы на 2024 год:

# Нас ждут успех и новые перспективы!

Владим ТАРАКАНОВ/ТАСС



## ОВЕН

Год сулит новые возможности. В жизни Овна появятся новые проекты, и за них нужно браться. Не бойтесь нового, реализуйте свои идеи. Они принесут значительный успех и развитие впоследствии, даже если сразу получится не все. Не всегда будет материальная отдача, но на сколько наработает Овен - столько и получит впоследствии.

Это год прибыли, материальных возможностей, хороших покупок, крупных приобретений. Год возможности умножить свою семью. Нужно беречь отношения внутри семьи - особенно в марте, в конце сентября и первой половине октября.

Нужно беречь здоровье в первой половине весны: могут дать знать о себе старые проблемы.



## ТЕЛЕЦ

Если человек во что-то вкладывается, над чем-то работает, что-то хочет получить от жизни и старается для этого - придет успех. Это будет период подъема, реализации. Тельцы могут достигнуть больших высот в этом году. Если вы о чем-то мечтали, то жизнь вам даст эти возможности. И эти возможности реализуются даже лучше, чем планировали. Жизнь в этом году сохранит Тельцов от потерь, если они не идут наперекор судьбе и не препятствуют в том, что им не дается. Если что-то сорвалось - пусть срывается: это судьба вас уберегла от чего-то. Стоит беречь деньги в самом конце года.

В первой половине апреля - опасность краж, финансовых потерь, поэтому нужно внимательно смотреть за имуществом.



## БЛИЗНЕЦЫ

Год открывает неожиданные перспективы. Почему неожиданные?

Потому что долгое время у Близнецов был период застоя. Руководство пока будет притормаживать идеи. Но благодаря друзьям, покровительству, людям смелым, которые подталкивают Близнецов к действию, будут выстраиваться новые проекты, перспективы.

Первая половина года - хорошие возможности для вложения в землю, в дела. Вторая половина года - нужно смело и быстро реализовывать эти возможности в июне, июле, августе.

Начало сентября и конец года - поездки лучше исключить.



## РАК

2024 год дает возможности, которые продвигают идеи и планы, которые Рак вынашивал в предыдущие годы, в последний год. Потери во многом компенсируются. Появятся новые друзья, покровители. Будут перемены в карьере - уйдет прежнее начальство, будет новое.

Вторая половина года даст возможность подготовиться к 2025 году, который принесет Раку успех. Нужно беречь родителей - особенно в начале весеннего и осеннего сезонов.



## ЛЕВ

Год открывает возможные перспективы в плане карьеры. Осенью Лев разовьет небывалую для себя активность. В его жизнь придут друзья и покровители, которые внезапно отнесут его на волне удачи к новым берегам. Эти новые возможности Лев может пропустить, если не сделает шаг вперед.

В начале октября есть опасность потери транспортного средства или аварийная опасность. Надо беречь близких людей.



## ДЕВА

Дева переживает из-за того, что какие-то мечты не реализовались. Но нужно смотреть вперед. Потери, которые могут коснуться Дев, будут волновать вас в начале весны и в сентябре - октябре. Но сентябрь принесет компенсацию. Если полагаться на помощь тех, кто протягивает руку, Дева обойдет стороной свои проблемы. Появится возможность карьерного роста. Главное, не делить имущество в конце августа и начале сентября, потому что могут быть реальные потери. В конце года надо беречь здоровье и семью.

Катерина МАРТИНОВИЧ  
«КП» - Москва

## ВЕСЫ

Трудное воплощение идей в первой половине года. Но в то же время появятся обстоятельства, которые идут навстречу Весам, - ими нужно воспользоваться: они касаются и материальных перспектив, и вложений в будущее. Со второй половины марта и до конца апреля - напряженное время, когда надо помогать семье. Будет немало срывов и потерь. Уходят люди, на которых Весы полагались, но не нужно расстраиваться.

Главное, беречь здоровье. В мае придут неожиданные средства. С июля и до весны 2025 года Весы будут переживать духовный коллапс, касающийся разочарований, личных отношений: уйдут партнеры, люди на которых Весы надеялись. Нужно двигаться и расти.



## СКОРПИОН

Год дает хорошие возможности в работе, и этим надо пользоваться. Есть шансы на рост в профессии. Благодаря смелым шагам могут появиться очень интересные предложения. За спиной есть конфликты с друзьями, могут срываться какие-то планы в конце марта и первой половине апреля. К этому надо относиться спокойно.

Главное, беречь здоровье в этот период и в сентябре - первой половине октября.

Вторая половина осени - можно делать смелые шаги. А в первую половину года полагаться на семью, партнеров - одному работать нельзя.



## СТРЕЛЕЦ

Ваша профессиональная деятельность будет замечена. Есть шансы для роста. И отличные возможности для любви и личных отношений.

Стрелец строит будущее своих детей. Отношения, которые возникнут в дороге, могут привести к браку.

Вторая половина года приведет в жизнь хороших партнеров. Планы сорвутся в марте; в апреле нужно беречь детей, любимых людей, друзей. Не выяснять финансовые отношения с теми, кто дорог; если что-то покажется не так, нужно проговорить ситуацию напрямую, в лоб, а не подозревать. Если предлагают деловое партнерство - нужно браться.



## КОЗЕРОГ

Год принесет хорошие творческие и личные возможности. Это - любовь, прибавление в семье, возможность реализации деловых и личных возможностей. И этим надо пользоваться. Работа будет радовать со второй половины года.

Появится много знакомств. Хорошие возможности, чтобы умножить свое имущество. Перескакивать на новую волну пока не стоит, нужно умножать то что есть. Будут нарекания от начальства. Период перемен нагрянет с осеннего периода. Возникнут новые возможности, и этим надо пользоваться.



## ВОДОЛЕЙ

В жизнь придет очень крупная вспышка - она касается популярности, успеха, но в то же время иногда будет надоедать публика. Это подъем.

Будут шансы для самореализации, обогащения, и этим надо пользоваться. Помогут родственники, близкие люди.

Первая половина года даст возможность получить недвижимость, приобрести землю, которая потом может стать хорошим капиталом.

С летнего периода возможно пополнение семейства. Необходимо обратить внимание на здоровье.



## РЫБЫ

Удачен год в плане командировок, путешествий, обучения и преподавания.

Появятся новые знакомые, люди, которые дадут хорошие возможности для заработков.

Хорошие возможности по вложениям, материальному росту. Конец марта - опасность личных потерь; вторая неделя апреля - опасность материальных потерь.

Сентябрь - время внимания и контроля. Осень принесет вспышку реализации. Хорошо приобрести недвижимость в этом году.

Подготовила  
Ирина  
ВИКТорова.

Окончание.  
Начало на < стр. 1.

И ведь не отмахнешься!  
Приходится всерьез оправдываться за то, над чем обычный человек просто посмеялся бы.

# Перешла на красный улицу, своровала нагло курицу

Самые нелепые обвинения, которые предъявляли в суде мировым знаменитостям.

## Кристофер Нолан против турецкого города



Кристофер Нолан не ожидал, что турецкий мэр (слева) так нервно отреагирует на его фильм.



В 2008 году на мировые экраны вышел фильм режиссера Кристофера Нолана «Темный рыцарь», посвященного супергерою Бэтмену (напомним, имя Batman образовано от двух английских слов - bat, то есть летучая мышь, и man, то есть человек), и тут же в суд побежал находчивый мэр турецкого городка Батман (Batman на турецком) Хусейн Калкан. И потребовал взыскать с голливудского постановщика кругленькую сумму за плагиат. «Город Батман - единственный в мире, - патриотично заявил градоначальник. - Американские продюсеры использовали его название, даже не поставив нас в известность!»

Чиновник уверял, что в городе произошло несколько жестоких убийств, «спровоцированных

психологическим эффектом от картины Нолана» (там, как известно, орудовал жуткий злодей Джокер, примеру которого, видимо, и следовали турецкие преступники). При этом в иске он привел слова бывших жителей Батмана, которые утверждали, что занимались бизнесом в США и столкнулись с запретом, который наложили американские власти на несанкционированное упоминание названия их родного города (потому что права на слово Batman принадлежат компании DC Comics). Дескать, как же так, что за двойные стандарты? Им можно нас запрещать, а нам их - нет? Увы, успеха хитрый Калкан не добился - дело затухло.

## Мила Кунис против злопамятной украинки

Пришлось лишний раз понервничать и рожденной в СССР голливудской звезде Миле Кунис. В 2015 году ей прилетел иск от землячки - украинской шоуумен и певицы Кристины Каро. Та утверждала, что дружила с маленькой Милой в родных для обеих артисток Черновцах. Много лет назад случилось непоправимое: Кунис украли у подруги курицу. Нет, не замороженную - натуральную пеструшку.

- У Милы была настоящая куриная зависть, - «вспомнила» Каро. - Ей нравилась моя Собачка (имя курицы), она часами могла играть с ней. Я уверена: это Мила украли мою курицу. Она утешала меня: «Кристина, не плачь, у вас же целая птицеферма!» Теперь-то я понимаю, зачем она это говорила. Сейчас я хочу восстановить справедливость. Мила нанесла мне психологическую травму!

Украденную курочку и детскую травму переехавшая в Лос-Анджелес по примеру подруги Кристина оценила в \$5 тыс. В ответ Кунис в шутку попросила у Кристины такую же сумму за просмотр клипа истицы Give Me Green Card («Дайте мне грин-карту») - мол, человек, увидевший этот «шедевр», имеет право требовать компенсацию за моральный ущерб. А еще Мила напомнила, что на момент отъезда с Украины ей был всего месяц.

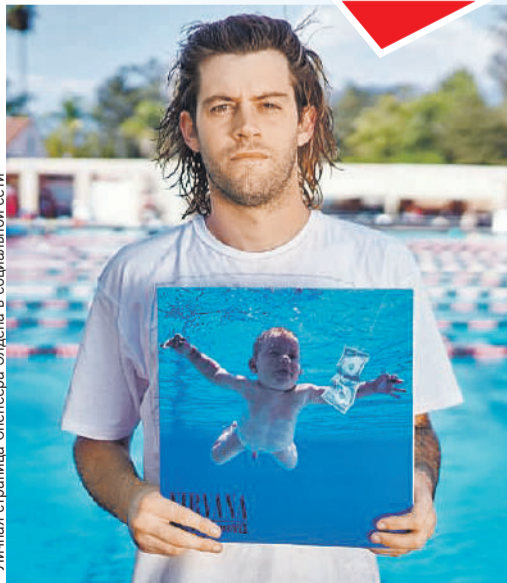
- Ты что, украли курицу, будучи младенцем?! - посмеялся муж Кунис Эштон Кутчер. - Да ты же самый способный ребенок, которого я когда-либо знал!



Вы готовы поверить в то, что красотка Мила в детстве промышляла на Украине кражей кур?

## Группа «Нирвана» против алчного младенца

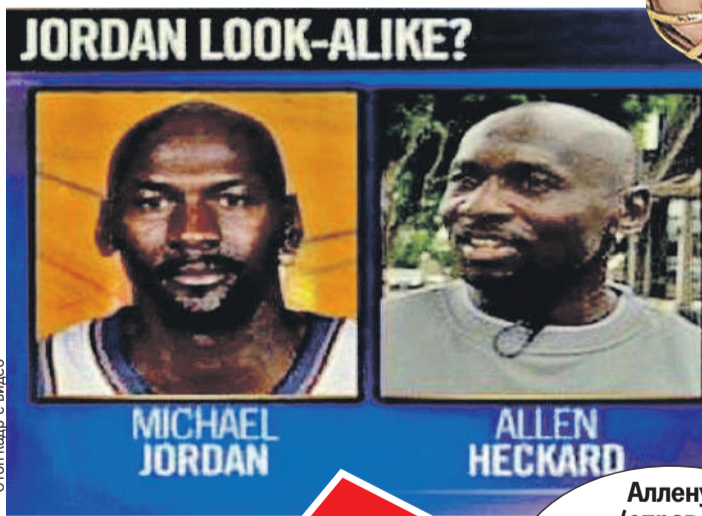
Многие помнят культовую обложку альбома Nevermind группы Nirvana с погруженным в бассейн нагим малышом. Главным героем той картинке стал Спенсер Элден - сын друзей фотографа Кирка Уэддла, которого Кобейн и пригласил сделать съемку. В 10 лет Спенсер снова повторил подводную фотосессию, снявшись для обложки журнала Rolling Stone. Затем он проделал этот трюк в 17 лет - уже для обложки Esquire и получил за это тысячу долларов. А когда вырос, решил сыграть по-крупному. В 2021 году Спенсер пошел в суд, обвинив «Нирвану» в...



Герой обложки знаменитой пластинки во всех своих бедах винит «Нирвану».

распространении детской порнографии. Истец указал, что креативный ход музыкантов - это «принуждение к коммерческим сексуальным действиям» и что всю оставшуюся жизнь это будет доставлять ему страдания и наносить ущерб.

Спенсер потребовал от всех, кто имеет отношение к Nirvana (здравствующих участников группы Дейва Грола и Криста Новоселича, вдовы Кобейна Кортни Лав, фотографа Кирка Уэддла, дизайнера обложки Роберта Фишера, нескольких звукозаписывающих компаний, выпускавших альбомы группы), по \$150 тысяч. Суммарная выплата должна была приблизиться к отметке в \$2,5 миллиона. Он трижды ходил в суд - и каждый раз иск не принимали, и в сентябре 2022 года претензии Элдена окончательно отменили.



## Майкл Джордан против обиженного двойника

Обычно было наоборот: все, кто неравнодушен к баскетболу, мечтали быть похожими на легендарного американского спортсмена, парящего над паркетом и набирающего за игру по 60 с лишним очков. Но Аллен Хекард из Портленда не такой, как все. В 2006 году американец подал на «Его Воздушество» в суд за то,

что... Джордан очень похож на него. Никакое это не счастье, утверждал истец, а тяжкая мука. Пивка в баре спокойно не выпьешь - проходу не дают! Каждому

Аллену (справа) в пору радоваться сходству с великим спортсменом, а он почему-то этим недоволен.

приходилось объяснять, что Аллен - просто двойник Майкла. А сколько было тех, кто преследовал его молча, даже не заявляя желания сфотографироваться! К тому же житель Портленда намного ниже баскетболиста, и это тоже причиняло ему страдания, потому что креативный народ потешался над «мини-Джорданом». Словом, потерпелся мужик. Поэтому оценил муки в солидную сумму - \$416 млн. В суд пришел сам, без адвоката. Но в ходе процесса понял, что его воспринимают как ущемленного, и бросил дело.



Русский сериал получил четыре награды на фестивале в США, - подробнее на сайте KP.RU



# Фотографируйся, бунтарь, на новогодний календарь!

В Новый год хлеба на столах точно было в достатке, а вот зрелищ решили добавить в разных регионах России. В календарях! Кто-то сдержанных - с картинками драконов (символ 2024-го), а кто-то подошел к делу креативно.

Горячие кадры в буквальном смысле слова вышли с пожарными из Петербурга. Волонтеры фонда «Центр реабилитации ребенка» (средства от выручки пойдут на помощь детям с ДЦП) вместе с МЧС устроили фотосессию. Для каждого придумали образы: хоккеист, скалолаз, повар, художник, гончар, конюх и так далее. Так, 34-летний пожарный **Артем Ясницкий** тушил «Невскую мануфактуру», спасал людей после взрыва бытового газа, имеет медаль «За отвагу на пожаре». А еще он четырехкратный чемпион России по бодибилдингу. Конечно, просто обязан был сняться для календаря! И предстал в роли хоккеиста. «Я горю, приезжайте!» - тут же последовала реакция от женщин на этот календарь. К слову, его уже печатают дополнительным тиражом.

**Пожарные, трактористы и подруги ремонтного завода снялись для различных календарей.**



«Я горю, приезжайте!»: реакция женщин на фотосессию питерских пожарных.

Это - «экологини в бикини» из Пензы: «Старайтесь давать вещам, в том числе обуви, вторую жизнь!»

А это - брутальный тракторист из ДНР.



Анна ФЕДИРЦАН

Артур, 25 лет  
Донецк, Россия

И Донецк не отстает. Тут выпустили календарь с трактористами. Идея принадлежит двум девушкам из Донецка - **Анне Федирцан** и **Ольге Марининой**.

- Мы решили показать людям, что есть актуаль-

ные и важные профессии, одна из таких - тракторист, - говорит Анна Федирцан. - Я видела немало календарей с теми же американскими пожарными, но там все - сплошная постановка, работа ложенных моделей в студии, а не реальных

представителей профессии. Мы решили сделать по-другому, чтобы все было по-настоящему.

В роли моделей - обычные трактористы. Зато какие! Когда календарь вышел, он призывал обратить внимание на тракториста за триста рублей. Такую стоимость поставили авторы проекта.

- Некая игра слов существует, нам показалось это креативным. Мы живем в такое время, когда некий хайп необходим. Решили привлечь внимание шуткой, которую знают все. Рискнули. Комментаторы с троллингом будут всегда, но мы ведь из Донецка - мы стойкий народ.



vk.com/ecologin/bikini

Прицепы «Экспедиция». Нам по пути!

А это - красотки из Перми!



Анастасия ЯКОВИНА

А ремонтно-механический завод из Пермского края решил порадовать своих сотрудников. Предприятие издает календари для мужчин уже восемь лет и каждый раз старается добавить огня. Например, в 2019 году девушки (приглашенные модели) позировали в нижнем белье у станков. А в этот раз дам обтянули в латекс, добавили чулки и перья. Снабдили страницы QR-кодами - они ведут на видео с сессии.



Бодибилдеры из Тюмени: сильные руки, нежное сердце.

Александра ПЕРМЯКОВА и команда фонда «Потеряшки»

В Тюмени бодибилдеры, чемпионы по тяжелой атлетике и хоккеисты продемонстрировали свои бицепсы, чтобы помочь животным. На страницах красавцы нежно сжимают в своих огромных руках милых котят и тискают собак.

- Это дает шанс животным быть замеченными новыми хозяевами, - рассказывает фотограф **Александра Пермякова**. - А еще наш проект помогает другим котикам и собачкам - деньги от продажи календаря направят на лечение и корма для животных, на оплату передержки в тюменский приют для бездомных.

Тюменский календарь разлетелся так быстро, что его тоже пришлось печатать дополнительным тиражом.

Подготовили **Наталья БОКСГОРН** («КП» - Тюмень»), **Дмитрий РОЖДЕСТВЕНСКИЙ** («КП» - Санкт-Петербург»), **Елена ТРЕТЬЯКОВА** («КП» - Пермь), **Никита МАКАРЕНКОВ**, **Павел ХАНАРИН** («КП» - Донецк).

Анна КУКАРЦЕВА

Салюты отгремели, оливье доеден, пришла пора заводить новый ежедневник. И тут-то многих накрывает.

Вспоминаем о загаданных в прошлом году желаниях, о своих чаяниях. И хорошо, если из того, что хотели и что получили, совпало в лучшем случае процентов 30. Руки опускаются...

- Да, многие возлагают надежды на положительные перемены в своей жизни и впадают в отчаяние, если после боя курантов все осталось по-прежнему, - говорит психолог медицинской компании СберЗдоровье Дарья Якуба.

Но это вовсе не значит, что нужно прекращать строить планы и ставить себе амбициозные задачи. Скорее стоит наконец-то понять: наша жизнь во многом определяется тем, что мы сами в нее вкладываем, какие мысли думаем и поступки совершаем.

## Новый год позади:

# Вперед и с песней!

**Как подбодрить себя, даже если устали от праздников, а впереди еще одиннадцать месяцев труда, радостей и огорчений.**

Анализировать, что сбылось, а что нет и почему, полезно.

- Но воспринимать это нужно не как повод для самобичевания, а как исследование, на основе которого получится поставить себе правильные задачи на следующий год, - объясняет Дарья. - Возможно, в какой-то момент для достижения мечты не хватило определенных навыков или знаний - тогда это отличный повод, чтобы их приобрести в новом году.

Вот главные моменты, на которых сейчас стоит заострить внимание:

### 1 Проанализировать главные достижения прошлого года.

Как удалось к ним прийти, что радовало,

что огорчало. «Итого можно описать как рассказ от третьего лица - это поможет взглянуть на себя со стороны и осознать ценность прошедших событий», - рекомендует психолог.



Катерина МАРТИНОВИЧ-КП - Москва

здоровьем, поддержка близких и друзей. Это тоже своеобразные итоги года, от которых становится тепло и радостно на душе, появляется видимая мотивация двигаться дальше. Не забывайте о них, - напоминает Дарья Якуба.

### 4 Впишите в план от-дых.

Для улучшения эмоционального и физического самочувствия важно отдыхать и заниматься любимыми делами: проводить больше времени на природе, общаться с близкими людьми и говорить им слова благодарности, гладить домашних животных и играть с ними. Другими словами, нужно делать то, что приносит вам радость.

- Но если вы замечаете, что люди, события, действия, которые вас обычно радовали, перестали для вас быть важными и это продолжается больше двух недель, пора обратиться за помощью к психотерапевту, - предупреждает Дарья Якуба.

### 2 Разбейте глобальную цель на мелкие этапы.

На пути к целям многими людьми овладевает страх - мечта выглядит практически невыполнимой из-за кажущейся чрезмерной важности. Для того чтобы цель перестала казаться недостижимой, психолог рекомендует разбить ее на мелкие задачи с определенными сроками - скорее всего, станет

понятно, что внедрить в повседневную рутину какие-то новые небольшие действия не составит труда.

### 3 Вспомните ежедневные радости.

- Иногда в погоне за своими желаниями человек пропускает очень ценные события и моменты жизни, считая их само собой разумеющимися: смех детей, решенные вопросы со

## ■ КСТАТИ

### Составляем рабочий список желаний за полчаса

Психолог Василиса Аверьянова предлагает провести ревизию своих желаний и приблизиться к их исполнению с помощью простой психологической техники. Для этого потребуются ручка, бумага и полчаса свободного времени.

1 Запишите все имеющиеся у вас желания на листок бумаги.

2 Отберите самые-самые значимые. Обычно они и приходят на ум первым делом. Рассортируйте их в порядке значимости. Причем желания не должны быть глобальными, а именно план на год. Например, мечта - научиться танцевать сальсу. Но это не так просто. Начнем с того, что запишем «разузнать про танцевальные группы в ДК».

3 Для самых главных, глобальных желаний «на жизнь» берем отдельный листок и выписываем их в левый столбик, а в правом делаем инструкцию, как их превращать в цели.

Например, мечта - стать директором компании. Поэтапно опишите последовательность действий: поступить в нужный вуз по специальности, окончить обучение, пройти

стажировку в желаемой компании, устроиться туда на работу, последовательно получить несколько повышений.

4 Представьте себе, что ваше желание уже сбылось.

Бывает, что человек чего-то страстно хочет, а когда добивается желаемого, чувствует разочарование. А представьте - вот оно, ваше желание, уже сбылось. Что будет дальше?

К примеру, вы очень хотите завести немецкую овчарку. Вообразите, что она уже у вас есть. Да-да, прямо здесь и сейчас, в этой однушке на 10-м этаже. И сегодня вечером вместо просмотра любимого сериала нужно идти с ней на спецтренировку. А завтра в 6 утра гулять. А в выходной отменить веселую вечеринку у друзей и везти собаку к ветеринару делать прививки. А как же отпуск? Куда пристраивать пса?

Поразмыслив над тем, к чему может привести желание, возможно, вы захотите немного подкорректировать свою первоначальную мечту. Например, для начала купить загородный дом.

## «Комсомолка» рекомендует:

### «Скатертью тревога»

Почему мы часто беспокоимся? Психиатр Александр Мещеряков раскрывает механизм тревоги и рассказывает, как с ней подружиться. Откуда берутся фобии и как не паниковать перед авиaperелетом? Какие препараты помогут, а на что не стоит тратить деньги? Как справиться с бессонницей?

В книге описаны простые, но эффективные упражнения, которые помогут здесь и сейчас - от банальной ходьбы до релаксационных практик. Попробуйте применить советы автора - и ваше настроение улучшится, а беспокойство уйдет!

Приобретайте на [shop.kp.ru](http://shop.kp.ru)! А также на сайте [labirint.ru](http://labirint.ru)



АО «ИД «Комсомольская правда», Москва, ОГРН 1027739295781, ООО «Лабиринт.РУ», Москва, ОГРН 1077764644264

Реклама, 16+

## НОВЫЙ ХИТ

от автора бестселлера «Жизнь как праздник»  
**УЖЕ В ПРОДАЖЕ!**



Катя Каплар



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

КЛАССНЫЕ ЯРКИЕ ИДЕИ  
ДЛЯ КУЛИНАРОВ  
И САДОВОДОВ-ОГОРОДНИКОВ

КНИГА-МАГНИТ ДЛЯ ТЕПЛА  
И ОТЛИЧНОГО НАСТРОЕНИЯ!

НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ ДЛЯ  
ХОЗЯЙКИ: КАК НАХОДИТЬ  
ВДОХНОВЕНИЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ  
И ДЕЛИТЬСЯ ИМ СО ВСЕМИ

Купить сейчас [shop.kp.ru](http://shop.kp.ru)






## МИСС СТИЛЬ «КП»

**Анастасия  
ФОКАНОВА, 22 года,  
Красноярск:**

- Музыка была со мной всю жизнь и по сей день мы идем с ней в ногу, ведь я пою в самой прекрасной и женственной кавер-группе Красноярска «Мечты». Я умею не только петь, но и играть на различных музыкальных инструментах. Помимо музыки вдохновляюсь природой и люблю beauty-сферу, а именно ламинирование ресниц и бровей. Подхожу ко всему с творческим взглядом.



**Виктория АНДРЕЯНОВА,  
модельер:**

- Нежный лёгкий макияж и приятная укладка волос. Трендовые колготки со стразами и платье-металлик тоже укладывается в модные тенденции. Но слишком много мелких деталей, которые дробят образ. Советую Анастасии что-то снять: пояс, митенки, чокер или браслет) и поменять туфли на более изящные.

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

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



## АНЕКДОТЫ В НОМЕР

Господи, дай мне сил достать то, что осталось, дай мне мужество выбросить то, что испортилось. И мудрость отличить одно от другого.

\* \* \*

Никто не знает, могу ли я вернуть елку, если есть чек, а две недели еще не прошли?

\* \* \*

- Если ты не заплатишь, мы будем отправлять тебе ее по кусочкам.

- Какая интересная служба доставки у этой пиццерии.

\* \* \*

Только что курьер из интернет-магазина навигаторов сообщил, что не знает, как проехать до нашего дома.

\* \* \*

- Любимая, я был не прав. Давай помиримся!

- Ладно. Подожди, не ешь это, я приготовлю что-нибудь другое...

\* \* \*

Моя девушка спросила, что я хочу чтобы она приготовила на ужин.

Правильный ответ угадал только с четвертой попытки.

\* \* \*

Счастливых видно по рубашке. У них рукава завязаны сзади.

\* \* \*

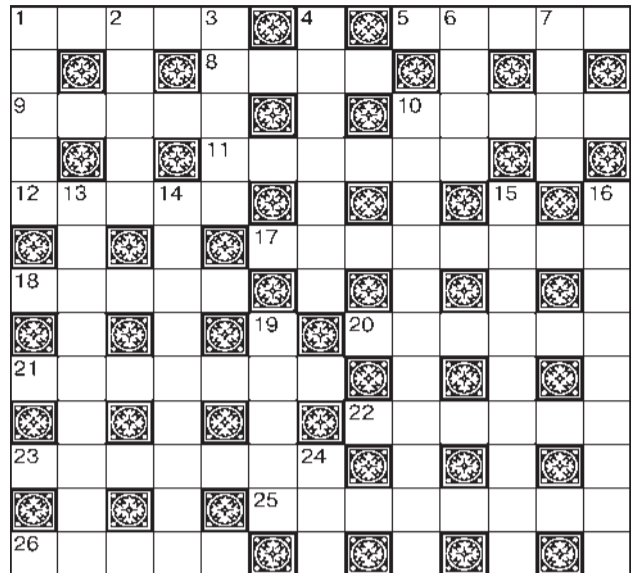
В соответствии с рецептами народной медицины кактус можно применять по-разному. Например, можно прикладывать к местам, которые еще не болят.

Оставьте свой анекдот на сайте **KP.RU** в рубрике «Анекдоты»!

Весь архив анекдотов от «КП» - на **KP.RU**



## КРОССВОРД ОТ ОЛЕГА ВАСИЛЬЕВА



**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 1.

Что играет гармонист из военной песни «В лесу прифронтовом»? 5. Добавка в кашу. 8. Зона отдыха. 9. Кто в 1905 году «принудил» подписать Николая II либеральный манифест? 10. Чучело какой змеи потрепала по голове героиня рассказа Нила Геймана «Галантность»? 11. Самый крупный сокол. 12. Что наводит порчу на шахматную задачу? 17. Кто из великих художников состоял монахом рыцарского ордена Калатравы? 18. Язык дружественной России страны. 20. Часы с кукушкой из мультфильма «Выше голову!». 21. Курортное ампула. 22. Параметр печатного листа. 23. Какую байку травят? 25. Знаменитый барон, ставший вторым президентом Международного

Олимпийского комитета. 26. «Веет ... лебединый, небо синее в крови».

**ПО ВЕРТИКАЛИ:** 1.

Что ждут от аналитика? 2. Страна с карты Северной Европы. 3. Опора форса. 4. «Новые формы нужны, а если их нет, то лучше ничего не нужно» (чеховский Константин). 6. Какой бог даровал жрецам Древнего Египта дар предсказания? 7. Какой зверёк с чудными глазами стал визитной карточкой Шри-Ланки? 10. Циркач, вставший на узкую дорожку. 13. Ну ничего себе! 14. Нево наших дней. 15. «Иерархическая лестница» в Византии. 16. Кто у фокусника на подхвате? 19. Начальник криминальной полиции Парижа, чей образ воплотил в кино Жерар Депардьё. 24. Что звучит во время награждения?

**ОТВЕТЫ ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** 1. Вальс. 5. Масло. 8. Удивление. 14. Ладожское. 15. Аксиомата. 16. Ас-Трепав. 6. Амон. 7. Лори. 10. Канатоходец. 13. Литва. 3. Спесь. 4. Вывод. 2. Литва. 3. Спесь. 4. Формат. 23. Анекдот. 25. Купербен. 26. Ветер. 17. Веласкес. 18. Хинди. 20. Ходяки. 21. Пляжник. 22. Параметр. 23. Байка. 24. Дюаль. 25. Знаменитый барон, ставший вторым президентом Международного

## Погода на завтра, 11 января

по данным [pogoda.mail.ru](http://pogoda.mail.ru)

	день	ночь	
Краснодар	+3...+5	+3...+5	Давление - 760 мм рт. ст. (норма - 771 мм рт. ст.) Относительная влажность воздуха - 78% Ветер - 5 м/с, юго-западный Восход - 08:01 Заход - 17:02 Новолуние
Майкоп	+2...+4	+2...+4	
Ейск	+0...+2	-1...+1	
Сочи	+4...+6	+5...+7	
	ясно ☀️	облачно ☁️	пасмурно ☁️
	дождь 🌧️	гроза ⚡️	снег ❄️

**СПАСИБО, ЧТО КУПИЛИ ЭТОТ НОМЕР!**

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

Звоните нам!

**(495) 777-02-82**

Ваше мнение для нас важно!

### ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

Главный редактор, генеральный директор Олеся Вячеславовна НОСОВА.  
Автор современной версии издания - Владимир Николаевич СУНГОРКИН.

Шеф-редактор Е. САЗОНОВ.

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

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

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

АО ИД «Комсомольская правда», 2023. Размещенные в газете материалы не подлежат использованию другими лицами в какой бы то ни было форме без разрешения правообладателя. Приобретение авторских прав: mtv@kp.ru

«НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ», «ЛЮДИ ДЕЛА», «ОТКРЫТАЯ ТРИБУНА», «ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ», «БИЗНЕС-ПРЕСС», «ВЫБОРЫ-2023», «ТОЧКА ЗРЕНИЯ», «ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ», «ВОПРОС - ОТВЕТ», «ЗАКОНЫ КРАСОТЫ», «ТАЙНАЯ ВЛАСТЬ», «ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ», «КУШАТЬ ПОДАНО», «РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ» - публикации на коммерческой основе.  
Тираж этого номера: 169 346 экз.

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



Директор филиала - Д. Г. МИХЕЕВ  
Главный редактор - О. В. СУХОВА  
kuban@phkp.ru www.kp.ru  
Служба рекламы:  
reklama.krasnodar@phkp.ru

ВЫПУСК ПОДГОТОВЛЕН КРАСНОДАРСКИМ ФИЛИАЛОМ АО ИД «КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА»

350000 г. Краснодар, ул. Октябрьская, 72.  
Телефон многоканальный - 8 (861) 992-7-992.  
WhatsApp, Viber, Telegram - 8 (961) 590-70-90.

Отпечатано:  
НАО «Печатный двор Кубани»,  
350072 г. Краснодар,  
ул. Тополиная, 19.  
Заказ № заказа 48.  
Цена свободная.